

NÃO FOTOCOPIAR



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto
Instituto Politécnico da Guarda

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Licenciatura em Animação Sociocultural

Paula Maria Afonso Gonçalves
Dezembro | 2010



Instituto Politécnico da Guarda

Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto da Guarda

“ Animar ”

Santa Casa da Misericórdia do Sabugal

Paula Maria Afonso Gonçalves

Guarda, Dezembro 2010



Obtenção do Grau de Licenciatura em Animação sociocultural

Discente: Paula Maria Afonso Gonçalves

Curso: Animação Sociocultural

N.º 6133

Instituição Educativa

Instituto Politécnico da Guarda

Escola Superior de Educação Comunicação Desporto da Guarda

Orientador / ESECD: Dr. Nelson Clemente Santos Dias Oliveira

Estágio

Local de Estágio: Santa Casa da Misericórdia do Sabugal

Morada: Largo Padre Manuel Nabais Caldeira

6320-453 Sabugal

Início: 30 de Junho de 2010

Termino: 30 de Setembro de 2010

Tutor /Instituição: Dr.^a Sónia Patrícia Azevedo Nogueira



“ Ensinar jogando depende da imaginação e da inteligência de quem ensina”

(António Cabral)

“Filho és, pai serás, como o fizeres, assim o acharás...”

(Ditado popular)

“Com o passar dos anos, as árvores tornam-se mais fortes e os rios, mais largos. De igual modo, com idade, os seres humanos adquirem uma profundidade e amplitude incomensurável de experiência e sabedoria. É por isso que os idosos deveriam ser não só respeitados e reverenciados, mas também utilizados como o rico recurso que constituem para a sociedade.”
(Kofi Annan)



AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Instituto Politécnico da Guarda, à Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto e a todos os professores pela aprendizagem que me proporcionaram ao longo deste percurso. A todos os membros constituintes da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto da Guarda, um obrigado pelos serviços prestados ao longo dos três anos.

Agradeço ao professor Nelson Oliveira pelo seu acompanhamento durante o período de estágio, bem como na realização e defesa do relatório final.

Agradeço à Santa Casa da Misericórdia do Sabugal todos os funcionários e utentes pela sua colaboração, em Particular à minha orientadora de estágio Dr^a Sónia Nogueira pela sua orientação colaboração durante o estágio.

Agradeço ainda aos meus pais em especial minha mãe, toda a família pelo apoio que me deram, incentivo e coragem ao longo dos três anos.

Ao meu namorado Paulo Costa por todo apoio, coragem dada e ajuda nos momentos difíceis.

Um agradecimento especial aos meus colegas, companheiros ao longo destes três anos, em particular à minha grande amiga, Zélia Duarte.

Finalmente, apresento os meus agradecimentos a todas as pessoas que me apoiaram neste estágio contribuindo assim para o sucesso do mesmo.



ÍNDICE GERAL

ÍNDICE DE FIGURAS	VII
ÍNDICE DE GRÁFICOS	VIII
ÍNDICE DE TABELAS	IX
LISTA DE ABREVIATURAS.....	X
INTRODUÇÃO.....	1

CAPÍTULO I - CARACTERIZAÇÃO DO MEIO

1.1. BREVE LOCALIZAÇÃO GEOGRÁFICA.....	3
1.2. BREVE HISTORIAL DA INSTITUIÇÃO.....	4
1.3. DESCRIÇÃO DA INSTITUIÇÃO	4
1.4. RECURSOS HUMANOS	6

CAPÍTULO II - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

2.1. ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL	10
2.2. PERFIL DO ANIMADOR	12
2.3. ANIMAÇÃO INFANTIL	13
2.4. ANIMAÇÃO NA TERCEIRA IDADE.....	15
2.4.1. Envelhecimento.....	15
2.4.2. Animação de Idosos	17
2.4.3. A Animação estimulativa.....	18
2.4.4. Animação Sociocultural na instituição – lares e centros de dia.....	18

CAPÍTULO III - ESTÁGIO

3.1. CONSIDERAÇÕES INICIAIS	21
3.2. OBJECTIVOS DO ESTÁGIO	21
3.2.1. Objectivos gerais.....	21
3.2.2. Objectivos específicos	21
3.3. PÚBLICO - ALVO.....	22



3.4. ACTIVIDADES DE CARACTER LÚDICO-PEGAGÓGICO	23
3.4.1. Cronograma das actividades	23
3.4.2. Actividades de expressão dramática e corporal	26
3.4.3. Actividade de expressão plástica	29
3.4.4. Actividades de expressão musical	34
3.4.5. Actividades de expressão motora.....	37
3.4.6. Animação lúdica	39
REFLEXÃO FINAL	45
BIBLIOGRAFIA	47
ANEXOS	49
APÊNDICES	58



ÍNDICE DE FIGURAS

Fig.1: Mapa Concelho do Sabugal	3
Fig.2:Frente do Centro Infantil Riba-Côa	4
Fig.3: Frente Lar Senhora da Graça	4



ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Organograma da Santa Casa da Misericórdia do Sabugal	8
Gráfico 2: Índice de envelhecimento, Portugal, 1990-2006	16



ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1: Alguns indicadores demográficos referentes a 2002.....	25
---	----



LISTA DE ABREVIATURAS

ANASC – Associação Nacional de Animadores Socioculturais

CATL - Centro de Actividades de Tempo Livre

Fig. - Figura



INTRODUÇÃO

A Animação Sociocultural tem adquirido, ao longo do tempo, uma importância crescente nas sociedades ocidentais. Este facto deve-se ao papel que a animação tem desempenhado, como metodologia e como prática, no desenvolvimento da cidadania, das capacidades humanas e das relações de convivência e inter-ajuda entre as pessoas.

Assim, surgiu a ideia de realizar este estágio na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, uma Instituição de Solidariedade Social com diversas respostas sociais, entre elas a Creche, o Jardim-de-infância, o Centro de Actividades de Tempos Livres, (CATL) e o Lar.

O presente relatório foi elaborado no âmbito da unidade curricular de Estágio, pertencente ao último ano do curso licenciatura de Animação Sociocultural, leccionado no Instituto Politécnico da Guarda na Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto. O estágio decorreu no período compreendido entre Junho e Setembro de 2010 na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal.

Esta opção enquadra-se dentro de um quadro de relação laboral já que este estabelecimento ser o meu local de trabalho desde 2004. Convivem, aqui, pessoas de distintas faixas etárias. Desta forma tive oportunidade de interagir com uma população variada, e aplicar todo um leque de conhecimentos teóricos e práticos adquiridos ao longo destes três anos de formação. Este facto permitiu-me, ainda, desenvolver um grande número de actividades e, desta forma, adquirir mais conhecimentos ampliando assim, a minha experiência profissional.

O presente trabalho divide-se em três capítulos. No primeiro capítulo realiza-se uma breve caracterização geográfica do local de estágio bem como uma evolução histórica da Instituição para, assim, se perceber melhor qual o seu papel na comunidade.

No segundo capítulo, de natureza mais teórica, tento explicar o que é a Animação Sociocultural, o Perfil do Animador, a Animação Infantil e na Terceira Idade.

Por fim, para além dos objectivos e público-alvo, são descritas todas as actividades realizadas ao longo dos três meses de estágio na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal. Por último, uma reflexão final sobre este estágio.



CAPÍTULO I

CARACTERIZAÇÃO DO MEIO

1.1. BREVE LOCALIZAÇÃO GEOGRÁFICA

Sabugal está, geograficamente, situado na Beira Alta, no distrito de Guarda. É um concelho extenso com aproximadamente 822 km², e um total de quarenta freguesias. Faz fronteira com os concelhos de Almeida, Fundão, Belmonte, Guarda e Penamacor. O seu nome deriva dos *Sabugueiros*, arbusto que predomina em grande quantidade nas margens do rio Côa.

O Sabugal apesar de ser um concelho com grande dimensão territorial é também muito empobrecido a nível populacional. Isto devido ao grande fluxo migratório da década de 60, e que foi extensível a toda a zona do Interior.

A cidade do Sabugal é rica em património *cultural e natural*. Cultural pelo castelo de forma pentagonal, classificado Monumento Nacional desde 1910, natural pela proximidade da linda serra de Malcata, onde se pode desfrutar de uma beleza paisagística pela diversidade da riqueza em flora e fauna, protegendo uma das espécie em vias de extinção: o *Lince Ibérico*. E obviamente, pelo lindo rio Côa que nasce na Serra das Mesas (freguesia dos Fóios) que acolhe várias espécies, tais como: a truta, o Bordalo, o barbo e as bogas. Em menos quantidade e vistas por alguns pescadores (desportivos), encontram-se ainda as lontras nas águas do Côa.

No entanto, todos os anos, esta beleza natural fica ameaçada pelos incêndios, deixando eminentemente em perigo a continuação destas espécies.

A Santa Casa da Misericórdia está edificada no Largo Padre Manuel Nabais Caldeira da referida localidade, onde presta os seus serviços de apoio aos Idosos e crianças.

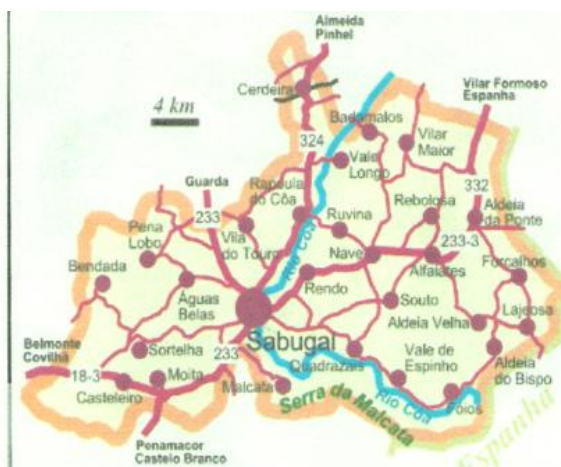


Fig.1: Mapa Concelho do Sabugal

Fonte: <http://associacaoeprg.blogspot.com/2007/04/mapas-de-orientao.html> em 13 Setembro 2010



1.2. BREVE HISTORIAL DA INSTITUIÇÃO

A Santa Casa da Misericórdia do Sabugal é uma Instituição Particular de Solidariedade Social. Após alguma pesquisa bibliográfica e conversas informais, com responsáveis pela instituição, constatei que a data da sua fundação não pode ser especificada com rigor, uma vez que existem alguns documentos datados de 1516 e outros de 1526.

Inicialmente, esta Instituição tinha como objectivo fornecer um serviço de apoio aos caminhanes. No início do século XX foi criado o Hospital da Misericórdia do Sabugal cuja existência se prolonga até cerca de 1974.

A 24 de Setembro de 1995 o edifício, até então abandonado, foi recuperado e remodelado para poder funcionar como lar para idosos.

Ao longo dos anos as condições do lar foram melhoradas e foi construído um novo edifício para acolher crianças e jovens.

Actualmente a instituição passa por um processo de certificação de qualidade.



Fig.2: Frente do Centro Infantil Riba-Côa

Fonte: Própria



Fig.3: Frente Lar Senhora da Graça

Fonte: Própria

1.3. DESCRIÇÃO DA INSTITUIÇÃO

A Santa Casa da Misericórdia do Sabugal é composta por várias respostas sociais, Creche, Jardim Infantil, CATL, Lar, Centro Dia e Apoio ao domicílio. Para se perceber melhor qual o



papel de cada uma destas respostas sociais torna-se fundamental fazer uma breve caracterização.

A creche é uma resposta social, desenvolvida com o recurso a equipamentos, de natureza socioeducativa e destina-se ao acolhimento de crianças até aos três anos de idade, durante o período diário, período este que corresponde ao impedimento dos pais ou das pessoas que tenha a sua guarda de facto, vocacionado para o apoio à criança e à família.

Os objectivos da creche são proporcionar o bem-estar e desenvolvimento integral das crianças num clima de segurança afectiva e física, durante o afastamento parcial do seu meio familiar. Esta resposta social também colabora no despiste precoce de qualquer inadaptação ou deficiência, assegurando o seu encaminhamento adequado. A creche do Centro Infantil Riba-Côa conta com um total de cinquenta e duas crianças entre os três meses e os dois anos (ver apêndice 2)

Para dar uma resposta social a crianças com idade a partir dos três anos de idade até à entrada no ensino básico, encontra-se em funcionamento o Jardim de Infância com trinta e seis crianças. Esta resposta conta com a intervenção integrada da Segurança Social e da Educação. Está vocacionada para o desenvolvimento da criança, proporcionando-lhe actividades educativas e actividades de apoio à família.

Os seus objectivos passam por: promover o desenvolvimento pessoal e social da criança e proporcionar-lhe condições de bem-estar e segurança; contribuir, para a igualdade de oportunidades no acesso à escola, para o sucesso da aprendizagem e desenvolvimento a expressão e a comunicação através da utilização de linguagens múltiplas como meios de relação, de informação, de sensibilização estética e de compreensão do mundo; proceder à despistagem de inaptações, deficiências e precocidades, promovendo a melhor orientação e encaminhamento da criança. A instituição também virada para a família, incentivando-a a participar no processo educativo, estabelecendo relações de efectiva colaboração com a comunidade. Assim apoia os pais através de fornecimento de refeições e de prolongamentos de horários com actividades de animação socioeducativa. (ver apêndice 3)

O CATL é uma resposta social a crianças e jovens a partir dos 6 anos de idade, desenvolvida em equipamento ou serviço, que proporciona actividades de lazer nos períodos disponíveis das responsabilidades escolares e de trabalho. Desenvolve-se através de diferentes modelos de intervenção, nomeadamente acompanhamento/inserção, prática de actividades específicas e



multi-actividades. Os CATL da Santa Casa da Misericórdia do Sabugal têm, actualmente, trinta crianças.

Os objectivos do CATL são proporcionar um ambiente propício ao desenvolvimento de cada criança ou jovem, de forma a ser capaz de se situar e expressar num clima de compreensão, respeito e aceitação de cada um. Colabora na socialização de cada criança ou jovem, através da participação na vida em grupo. Proporciona actividades integradas num projecto de animação sociocultural, onde as crianças podem efectuar escolhas e participar voluntariamente. Contribui também para uma melhor situação socioeducativa e a qualidade de vida das crianças e potencia a interacção e a inclusão social das crianças com deficiência, em risco e em exclusão social e familiar. (ver apêndice 4).

Por último, e não menos importante, temos o Lar Nossa Senhora da Graça com sessenta e oito utentes repartidos entre o Lar, Centro Dia e Apoio Domiciliário. É uma resposta social a pessoas com idade superior a sessenta e cinco ou de idade inferior em condições excepcionais. Destina-se ao alojamento colectivo, de utilização temporária ou permanente, para pessoas idosas ou outras em situação de maior risco de perda de independência e/ou de autonomia.

Os objectivos do Lar são acolher pessoas idosas, ou outras, cuja situação social, familiar, económica e /ou de saúde, não lhes permite permanecer no seu meio habitual de vida. Assegura a prestação dos cuidados adequados à satisfação das necessidades, tendo em vista a manutenção da autonomia e independência. Procura criar condições que permitam preservar e incentivar a relação inter-familiar e encaminha as pessoas idosas para soluções adequadas à sua situação. (ver apêndice 5)

1.4. RECURSOS HUMANOS

Para prosseguir a sua missão, a Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, conta com um grupo de pessoal especializado e competente. Assim, a tempo inteiro, trabalham nesta Instituição uma Educadora Social/Directora Técnica; uma Técnica de Serviço Social; onze Ajudantes de Acção Directa; onze Ajudantes de Serviços Gerais; Duas Cozinheiras; cinco Ajudantes de Cozinha; um Motorista; um Enfermeiro; um Jardineiro; uma Directora Pedagógica/Educadora de Infância; duas Educadoras de Infância; catorze Ajudantes de Acção Educativa; Duas Animadoras Socioculturais; uma Psicóloga e duas Administrativas. A tempo parcial, a



Instituição conta com a colaboração de um Médico e um Fisioterapeuta. Toda esta estrutura Humana está hierarquizada de acordo com o organograma que a seguir se apresenta.

(gráfico1)



Organograma da Santa Casa da Misericórdia do Sabugal

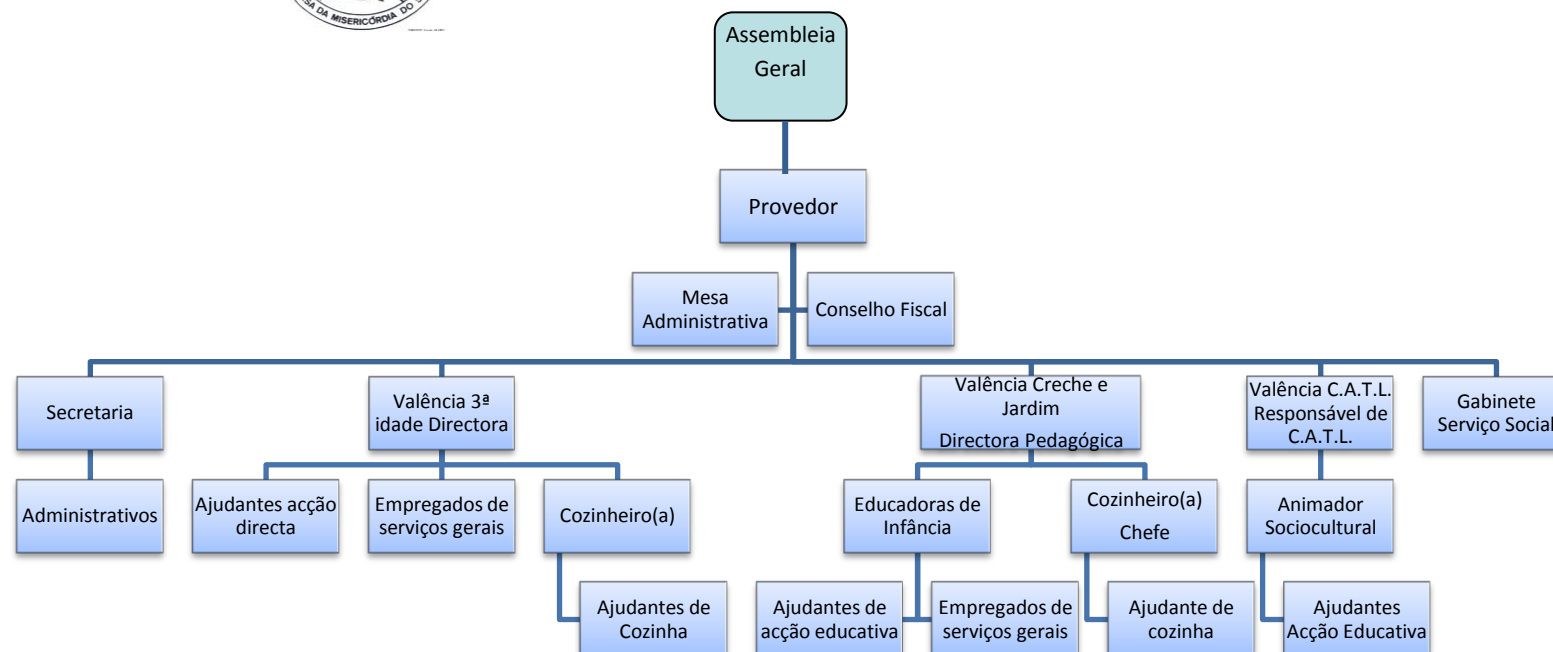


Gráfico 1: Organograma da Santa Casa da Misericórdia do Sabugal

Fonte: Santa Casa da Misericórdia do Sabugal



CAPÍTULO II

ENQUADRAMENTO TEORICO



2.1. ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

Analisando a etimologia da palavra animação verificamos que deriva de Animus e Anima, palavras que, em Latim, descrevem a alma humana.

A animação, segundo Quintas e Castão citado por (Jacob, 1998: 22,23), é definida como uma actividade interdisciplinar e intergeracional que actua em quatro modalidades que atingem dimensões a nível Cultural, Educativa, Social e Económica.

Relativamente à modalidade cultural, a animação surge como entidade criadora, gestora e construtora de um produto cultural, artístico ou criativo. Como dimensão educativa, a animação surge como promotora da educação e formação, inicial ao longo da vida. Na dimensão económica, a animação aparece como actividade geradora de meios económicos e financeiros. Por fim, a dimensão social, na qual a animação e o animador procuram responder às necessidades de iniciação, de formação e de acção que não são satisfeitas pelas instituições onde tentam superar as desigualdades sociais e motoras do indivíduo e da comunidade.

Uma vez definido o termo Animação, importa clarificar o conceito de *sociocultural*. A união dos termos *social* e *cultural* remete para uma concepção que faz da cultura e da sociedade aspectos inseparáveis de uma mesma realidade (Trilla, 1998: 29). Assim, a acção sociocultural por vezes salientará o social e outras vezes o cultural. O social remete para formas de vida, para mentalidades, para uma estrutura simbólica, enquanto o cultural refere-se à recuperação de uma tradição popular, remete para relações e conjuntos sociais (Trilla, 1998: 30).

A Animação Sociocultural pode ser entendida como uma acção exercida sobre um grupo, uma colectividade ou um meio, que tende a desenvolver a comunidade e a estruturar a vida social, recorrendo assim a métodos de integração e de participação J. P. Imhof citado por (Bernard, 1991: 18).

Ezequiel Ander-Egg, citado por Lopes, (2006: 539), define animação como sendo uma tecnologia social que se baseia numa pedagogia participativa, com objectivo de intervir na qualidade de vida do indivíduo através da participação e do desenvolvimento sociocultural.

O objectivo fundamental da Animação Sociocultural “é estimular nos indivíduos e na comunidade uma atitude aberta e decidida para se incorporarem nas dinâmicas e nos



processos sociais e culturais que os afectam e também para se responsabilizarem na medida que lhes corresponder” (Trilla, 1998: 29).

A Animação Sociocultural diz respeito também à educação permanente, à educação não formal, à educação e pedagogia social, à educação nos tempos livres, entre outros (Trilla, 1998: 30). Segundo o autor, e clarificando estes conceitos, a educação permanente diz respeito a todo o universo da educação, contudo dizer que a animação sociocultural faz parte deste tipo de educação não é dizer demasiado, pois não existe processo educativo do qual se possa afirmar a mesma coisa. A Animação Sociocultural pode fazer parte do sector não formal do universo educativo, pois desenvolve-se, metodicamente, mas quase sempre fora dos curricula próprios do ensino regulado. Nas instituições escolares apesar de, na sua maioria, existirem processos de educação formal, também incluem actividades não formais tais como actividades realizadas pelas associações de pais (Trilla, 1998: 33).

Relativamente à educação social e pedagogia social, refere o mesmo autor que a expressão pedagogia social tem, no contexto pedagógico, três definições diferentes. A primeira refere-se ao contexto da actuação educativa, isto é, ocupar-se-ia da educação social na qualidade da intervenção. A segunda refere-se mais à dimensão da personalidade, ou seja, a disciplina que tem por objecto a educação social do indivíduo. Por último a expressão pedagogia social viria a ser uma pedagogia de necessidade pois teria em atenção as necessidades educativas primárias de sectores problemáticos, marginalizados e com carências económicas (Trilla, 1998: 31).

Por sua vez, Rivas citado por Lopes, (2006: 420) “podemos fazer animação sociocultural e utilizar a metodologia da animação sociocultural não somente no espaço social, mas também no espaço escolar. Portanto a animação sociocultural situa-se na Educação Social, mas não somente no espaço social, já que ultrapassa este âmbito ao ser um campo de intervenção com um plano ideológico próprio. É também uma metodologia de intervenção eficaz em qualquer âmbito, incluindo o escolar. E aqui que se começa a ter em conta o sistema educativo e a escola, observando que existem outras metodologias que funcionam e que conseguem avanços que o sistema tradicional não consegue. A animação sociocultural localiza-se no espaço da educação social porque intervêm no plano social, não na escola, não no sistema educativo, e a partir de um quadro que tem por referência a pedagogia.”



Quando falamos em educação dos tempos livres, o que nos vem à mente são colónias de férias, actividades ao ar livre etc. Trata-se de instituições (centros juvenis, lares associações) cuja clientela são os jovens mas também podem ser pessoas adultas, nomeadamente os idosos. Neste tipo de educação, apesar da vertente pedagógica, uma boa parte da sua reflexão teórica faz-se em redor do conceito de tempos livres (Trilla, 1998: 35).

Tendo em conta a noção de animação sociocultural, durante o estágio realizado na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, foi possível colocar em prática todo um conjunto de conhecimentos e actividades com vista a animar as crianças, os jovens e os idosos.

2.2. PERFIL DO ANIMADOR

O animador é um indivíduo com formação superior e dotado de um conjunto de conhecimentos que lhe permitem equacionar globalmente o problema da organização e sistematização de qualquer processo da animação. “É aquele que realiza tarefas e actividades de animação, que é capaz de estimular os outros para uma determinada acção. Actua como catalisador da sua vontade, ou de terceiros, junto de um grupo ou de uma pessoa.” (Jacob, 2008: 24)

Segundo Edouard Limbos, citado por Lopes (2006: 532,533) o animador deve: ter sentido de responsabilidade; possuir maturidade; ser dinâmico e animado; entusiasmar o grupo com o seu espírito; inspirar confiança e ser honesto; ter capacidade de iniciativa, de organização e gestão; ter criatividade e imaginação; saber aceitar a diferença.

As qualidades humanas do animador sobrepõem-se ao saber técnico e teórico. A formação do animador é algo que nunca se acaba, pois trata-se de um processo permanente, onde este está sempre a adquirir conhecimentos. (Ander-Egg citado por Lopes, 2006: 539).

Pierre Bernard, citado por Lopes (2006: 537), traça a classificação de animador a partir de uma noção global de animador sociocultural como agente que actua nos planos: social, cultural, artístico, económico, desportivo e ambiental. A esta pluralidade de campos faz corresponder distintas tipologias de animador: sociológicas, ideológicas, motivacionais, de papéis e estatutos, de modelos de referência e de sectores de intervenção.

A Associação Nacional de Animadores Socioculturais (ANASC), no V Congresso Internacional de Animação Sociocultural, aprovou o estatuto de Animador e definiu uma



tipologia de Animadores Socioculturais que assenta nos seguintes princípios: Animadores profissionais e Animadores Voluntários. Para os animadores profissionais é requerido uma qualificação profissional específica, a profissão a ser elevada a cabo de forma contínua em instituições empregadoras públicas ou privadas. Enquanto animadores voluntários desempenha funções de animação com pessoas e /ou comunidade carácter voluntário ou seja sem compensação monetária. ANASC citado por Lopes, (2006: 547).

Segundo Sabina Manes (2009: 15) o animador é o líder inteiramente responsável pela criação e chamamento do grupo. O animador exerce a função de vigilante sobre o desenrolar da actividade, de forma a prevenir eventuais atritos que surjam entre os membros participativos. Durante a realização do estágio, no contexto da Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, o animador representa a principal força de coesão do grupo, enquanto os participantes estabelecem interações recíprocas baseadas na sua própria relação com o animador. Nas actividades realizadas, o animador deve compreender a dinâmica do grupo baseando-se nas mensagens não verbais dos elementos, tais como, sinais de preguiça, de vivacidade, de interesse ou desagregação, facilmente perceptíveis através das atitudes e dos movimentos das crianças e das pessoas de maior idade.

2.3. ANIMAÇÃO INFANTIL

Segundo Lopes (2006: 315) o desenvolvimento da Animação Infantil surgiu devido a uma necessidade básica sentida na altura do regime democrático em Portugal e foi, com os tempos, manifestando-se como formas de Animação socioeducativas. A acção da Animação na Infância traduziu-se na execução de actividades de carácter lúdico, destinadas a crianças entre os oito e os treze anos de idade, as quais se podem desenvolver independentemente ou em articulação com a educação formal.

Inicialmente a Animação Infantil era vista como um conjunto de actividades que ocorriam no espaço exterior à escola – educação não formal. Estas actividades consistiam em: colónias de férias, passeios e visitas de estudo, o que possibilita que a visita e conheçam locais diferentes das suas residência. As actividades permitem a interacção das crianças entre si e com os seus monitores, criando-se assim uma dimensão intergeracional. Da mesma opinião é Jaume Trilla (1998) quando refere que a Animação Infantil tem como primeiro objectivo permitir que a



criança possa brincar mas, sobretudo, que o faça em condições que lhe permitam o seu desenvolvimento pessoal e em grupo.

Actualmente, a escola não é o único agente educativo, sendo que concorrem para a educação infantil outras instituições, meios e âmbitos que nem sempre são reconhecidos exclusivamente como educativos (família). Desta forma, a Animação Infantil é vista não só como um conjunto de actividades escolares (Educação Formal), como também um conjunto de actividades que se podem desenvolver extra escola (Educação Informal e Educação Não Formal).

Segundo Jaume Trilla (1998) as transformações sociais e estrutura familiar que se verificam actualmente levaram a que algumas das actividades que anteriormente eram assumidas pela família (Educação Informal) passem a ser assumidas como recursos e actividades da Educação Não Formal, dirigidas especificamente ao público infantil, designadamente: actividades extracurriculares; actividades de recursos de carácter cultural; actividades e recursos recreativos; instituições educativas.

Apesar de as Instituições Educativas poderem ter diversas formas de administração (pública, privada ou de voluntariado), todas elas têm a mesma missão pois colocam a ênfase dos valores educativos no jogo e na vida quotidiana. Animar a vida em grupo e o envolvimento pessoal na defesa a, presença e intervenção de um grupo de educadores são igualmente importantes.

Para Ana Sastre (1998: 208) “A animação infantil aproveita o potencial educativo do ócio para criar processos de desenvolvimento pessoal e social. Defende o valor da liberdade e não se preocupa em entreter ou distrair as crianças, ocupando os seus tempos livres com actividades educativas concebidas e conduzidas de forma restrita, nem pretende servir-se dos tempos livres dos sujeitos para alcançar objectivos instrutivos.” Segundo Sastre (Trilla coord., 1998: 209) na animação sociocultural para a infância, as actividades não são um fim, mas um meio para atingir o objectivo final, ou seja, educar no ócio. O ócio é para Sastre uma forma de utilizar os tempos livres, que acentua o valor da liberdade em relação ao da necessidade e promove o prazer do indivíduo enquanto realiza uma actividade. Isto é o ócio não está na actividade em si, mas na atitude do individuo quando a realiza. (Trilla, coord., 1998: 209). Assim sendo, a animação infantil aproveita o potencial educativo do ócio para gerar processos de desenvolvimento pessoal e social, prestando especial atenção à actividade lúdica.



Estabelece-se, então, uma relação entre a Pedagogia do Ócio e a Animação Sociocultural originando uma interacção entre ambas, na qual encontramos a Animação Sociocultural Infantil.

Manuel Cuenca (1997: 343), uma das personalidades Ibéricas mais conceituadas no estudo do ócio como espaço educativo, refere que “ (...) a Animação Sociocultural sempre se preocupou com o correcto uso do tempo de ócio e, tradicionalmente, tem mantido um diálogo enriquecedor com a denominada pedagogia do tempo livre (...) ”.

Qualquer acção a realizar no domínio da Animação Infantil deve obedecer a princípios que contemplem: A criatividade promovida através de áreas expressivas, que considerem formas inovadoras e processos de aprendizagem estimulando a improvisação e a espontaneidade; A componente lúdica baseada no prazer na acção, alegria de participar, num clima de confiança; A actividade geradora de dinâmica, fruto de uma interacção resultante da acção; A socialização baseada na envolvimento com os outros; A liberdade que é o resultado de acções sem constrangimento e repressões; A participação em que todos são actores protagonistas de papéis principais (Lopes, 2006: 316).

Em suma, a animação sociocultural, no contexto infantil, deve assumir um carácter lúdico, tendo como objectivos centrais: dar prazer à criança; dar espaço à sua imaginação e criatividade; estimular a participação efectiva e real; promover a sociabilização; fomentar a dimensão intergeracional; valorizar a educação nos seus três âmbitos (formal, não formal e informal).

2.4. ANIMAÇÃO NA TERCEIRA IDADE

2.4.1. Envelhecimento

O envelhecimento é um processo inerente a todos os seres vivos. Com o declínio progressivo das suas capacidades, o idoso vai alterando a sua rotina diária. Torna-se assim, necessário substituir essa rotina por actividades que exijam um menor grau de esforço, mas ao mesmo tempo aumentem a sua auto estima, motivação e diminuam a solidão promovendo o convívio entre si.

Ao longo dos anos a esperança média de vida tende a aumentar, pelo que também aumenta o número de idosos (gráfico 2). Face a este fenómeno torna-se necessário criar mecanismos que aumentem a sua qualidade de vida. É nesta conjectura que podemos enquadrar, entre outros mecanismos, a animação na terceira idade.

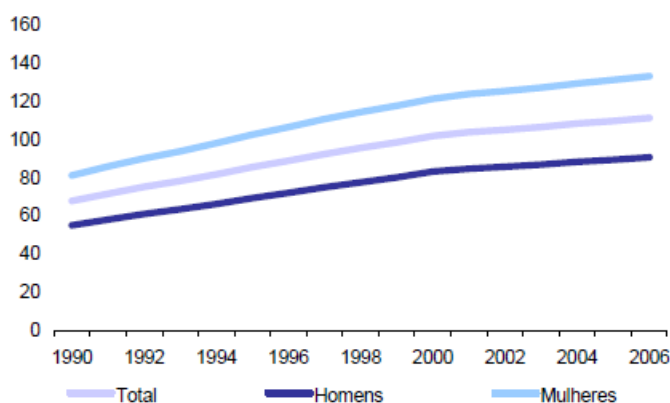


Gráfico 2: Índice de envelhecimento, Portugal, 1990-2006

Fonte: INE, Estimativas da População Residente, 1990-2006

No Sabugal o Índice de Envelhecimento em 2002 era de 374,3 idosos por 100 jovens, o que ultrapassa em larga medida os valores nacionais que registam a existência 105,5 idosos por cada 100 jovens.

Zona Geográfica	Taxa de Natalidade (‰)	Taxa de Mortalidade (‰)	Índice de Envelhecimento (%)	Taxa de Crescimento Natural	Taxa de Fecundidade (‰)
Portugal	11,0	10,2	105,5	0,8	43,7
Centro	9,7	11,8	133,7	- 2,1	40,3
Sabugal	5,8	20,3	374,3	-14,5	33,0

Tabela 1: Alguns indicadores demográficos referentes a 2002

Fonte: INE, Anuário Estatístico da região Centro 2003

O envelhecimento da população é influenciado por duas tendências: por um lado um acentuado declínio da natalidade (a Taxa de Natalidade e de Fecundidade registadas no Concelho são bastantes inferiores às registadas na região centro e no país), por outro, uma



acentuada melhoria das condições de saúde e, em geral, das condições de vida das populações.

2.4.2. Animação de Idosos

Pode-se definir a animação de idosos como “a maneira de actuar em todos os campos do desenvolvimento da qualidade de vida dos mais velhos, sendo um estímulo permanente da vida mental, física e afectiva da pessoa idosa” (Jacob, 2007: 31). Assim, encaramos a animação como sendo um conjunto de actividades que facilitam uma vida mais activa, melhora as relações e comunicação com os outros, desenvolvendo a personalidade e autonomia do indivíduo, no fundo ajuda a uma melhor participação na vida em comunidade.

A Animação Sociocultural na terceira idade surge como resposta a uma ausência ou diminuição da actividade e relações sociais dos idosos. Deste modo, a animação fomenta a integração e participação do idoso em tarefas colectivas (Elizasu, 2001, citado por Lopes, 2006: 329,330). Pode-se assim, dizer que a animação visa “ o bem-estar individual, do grupo e comunitário das pessoas idosas; melhorar a sua qualidade de vida e de saúde integral; (...) fornecer os meios para que continuem a viver muitos anos repletos de vida, de ilusão, sentido, dignidade e felicidade; potenciar e desenvolver capacidades, habilidades e destreza das pessoas (...); [motivando-as] para que continuem activas, participativas, solidárias, críticas e úteis no meio social (...) (Osório, 2008: 211-217).

A Animação na terceira idade interliga-se com a gerontologia educativa de forma a auxiliar as pessoas com idade a programar a evolução natural do seu envelhecimento, promovendo-lhes novos interesses, novas actividades, que conduzam à manutenção da sua vitalidade física e psicológica. A gerontologia educativa tem vindo, a adquirir uma crescente importância no campo das ciências sociais da educação como forma de intervir na prevenção e compensação de situações de baixa auto-estima pelos efeitos do envelhecimento no corpo.

No meu estágio preocupei-me em realizar diversas actividades no Lar de idosos da Instituição, com vista a proporcionar um bem-estar e fomentar a integração e participação do idoso em tarefas colectivas. Para isso, desenvolvi várias actividades envolvendo os idosos, crianças e seus familiares. Estes convívios inter-geracionais permitiram o contacto dos idosos com os mais novos, revivendo assim os seus tempos de juventude, e possibilitou aos mais novos desenvolver o respeito e consideração pelos mais velhos. Além do convívio inter-



geracional desenvolvi outras actividades natureza diversa como a actividade física, jogos de mesa, jogos tradicionais e trabalhos manuais entre outros.

2.4.3. A Animação estimulativa

Nos dias de hoje o número de pessoas idosas que procura uma instituição tem vindo a aumentar, este facto deve-se à perda da capacidade física e motora ao longo dos anos. Assim, em resposta a este fenómeno surge um modelo participativo que responde às necessidades dos mais carecidos. Ao mesmo tempo ajuda a reestruturar a vida quotidiana dos idosos o que implica uma série de procedimentos que configuram aquilo que se designa por Animação Estimulativa.

Segundo Vidal citado por Lopes (2006: 330) a Animação Estimulativa é entendida como “um conjunto de técnicas e metodologias que têm a finalidade de potenciar os processos de normalização das actividades da vida quotidiana da pessoa, de provocar o desenvolvimento das capacidades preservadas e ao mesmo tempo ajudar a recuperar as perdidas”. Este tipo de animação recorre a uma metodologia em que os idosos preservam a sua capacidade de interacção, acedem à participação na vida comunitária e à possibilidade de realização pessoal.

Deste modo, a Animação Estimulativa deve, na perspectiva de Lopes (2006: 330), proporcionar ao idoso os meios e ferramentas que o ajudem a interagir com o meio envolvente e desenvolver os processos de interacção com outras pessoas. Segundo o autor, este tipo de animação designa-se de Estimulativa porque procura utilizar os estímulos do meio e as capacidades próprias das pessoas para se readaptarem à sua nova situação.

Em suma, a finalidade deste tipo de animação é conceder dignidade à pessoa idosa, desenvolver a sua capacidade, sentido relacional e meios para que esta possa participar, decidir e optar.

2.4.4. Animação Sociocultural na instituição – lares e centros de dia

Como foi referido anteriormente, o número de idosos tende a aumentar no nosso país e em resposta a este facto têm-se multiplicado as diversas instituições denominadas de Lares e Centros de Dia. Estas destinam-se a promover um conjunto de acções e actividades de cariz social, educativo e recreativo para proporcionar um nível de vida condigno às pessoas idosas.



Muitas destas Instituições são criadas pelo Estado, mas a sua maioria são privadas pois as públicas não conseguem satisfazer a procura da população.

O trabalho de animação é ainda mais importante quando se trata de idosos colocados em lares ou centros de dia, pois estes consistem em locais de residência de muitas pessoas que levam uma vida fechada e monótona. Uma das primeiras funções do animador é fazer com que alguns dos idosos não se auto-excluam de viver, devido às ideias preconcebidas de que já não são úteis para nada e que apenas lhe resta a morte.

Na maioria dos lares de idosos, a vida das pessoas que aí se encontram é bastante pobre no que concerne a acontecimentos de vida, pelo que uma das tarefas do animador passa pela elaboração e realização de programas de intervenção com o objectivo de melhorar a qualidade de vida dos idosos institucionalizados. Estes programas passam não só pela alimentação, higiene ou cuidados médicos, mas também importa pelo desenvolvimento de actividades que fomentem a participação e ocupação e vida social dos utentes.



CAPÍTULO III

ESTÁGIO



3.1. CONSIDERAÇÕES INICIAIS

Pretendendo, neste capítulo, enunciar os objectivos a que inicialmente me propus cumprir e as diversas actividades que realizei para os conseguir alcançar.

Assim, durante os três meses, como estagiária, através das actividades de animação lúdica expressão corporal, dramática, motora, plástica e musical, desenvolvi diversas acções de estimulação à criança: a nível cognitivo (desenvolvendo assim a capacidade de raciocínio), a nível físico (motricidade grossa, motricidade fina, coordenação e equilíbrio), a nível psicológico (auto consciência, auto estima, autoconfiança), a nível social (interacção social), a nível linguístico, (vocabulário), a nível emocional (partilha de sentimentos), entre outros.

A par destas acções desenvolvi ainda nas pessoas de maior idade, um conjunto de actividades de âmbito cultural, educativo, social, contribuindo, assim, para melhorar a sua qualidade de vida das mesmas.

No final tecem-se algumas reflexões sobre este estágio.

3.2. OBJECTIVOS DO ESTÁGIO

3.2.1. Objectivos gerais

Neste estágio tive a oportunidade de desenvolver um conjunto de actividades com vista à estimulação das crianças e jovens a diversos níveis: cognitivo, físico, psicológico, social, linguístico e emocional através de actividades de expressão corporal, dramática, plástica, motora e musical.

Enquanto Animadora Sociocultural desenvolvi, junto das pessoas de idade maior, um conjunto de actividades de âmbito cultural, educativo, social, contribuindo assim para proporcionar um melhoramento na sua qualidade de vida.

3.2.2. Objectivos específicos

Este estágio teve como objectivos específicos:

- ✓ Dar a conhecer o papel do animador sociocultural;



- ✓ Revelar a importância que o mesmo pode desempenhar numa Instituição de apoio à comunidade;
- ✓ Conhecer as crianças, jovens e idosos;
- ✓ Melhorar a qualidade de vida dos utentes através de actividades lúdicas, pedagógicas e recreativas;
- ✓ Proporcionar um ambiente de alegria e convívio;
- ✓ Valorizar capacidades e saberes das crianças e idosos, aumentando a sua auto-estima e auto-confiança;
- ✓ Desenvolver um espírito de grupo desenvolvendo, deste modo, as capacidades de socialização;
- ✓ Desenvolver práticas, atitudes e valores que contribuam para o bem - estar físico e psíquico;
- ✓ Saber respeitar o próximo;
- ✓ Desenvolver relações inter-pessoais

3.3. PÚBLICO - ALVO

As actividades realizadas durante o estágio destinaram-se essencialmente às crianças, que passam o dia na Creche e no Jardim-de-Infância; aos jovens que frequentam o CATL, e aos idosos que, por motivos de saúde ou opção, se encontram no Lar da Terceira Idade.

Na Creche existem trinta crianças do sexo feminino e vinte e três do sexo masculino (ver apêndice 2). No Jardim-de-Infância existem dezanove crianças do sexo feminino e dezassete do sexo masculino (ver apêndice 3). Frequentam o CATL dez crianças do sexo feminino e vinte do sexo masculino (ver apêndice 4). O Lar Senhora da Graça tem quarenta utentes do sexo feminino e vinte e oito do sexo masculino (ver apêndice 5).



3.4. ACTIVIDADES DE CARACTER LÚDICO-PEGAGÓGICO

3.4.1. Cronograma das actividades¹

Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto	
Curso de licenciatura em Animação Sociocultural	
3º Ano - Estágio na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal	
ANO	2010
MÊS	Julho
DIA	ACTIVIDADES
1	Elaboração de convite para festa final ano. CATL
2	Elaboração de convite, coreografia. CATL
3	
4	
5	Elaboração de cenário, coreografia festa final de ano. CATL
6	Elaboração de cenário, coreografia. CATL
7	Elaboração de cenário, coreografia. CATL
8	Coreografia. CATL
9	Decoração do salão, ensaio da coreografia, festa final de ano lectivo. Jardim ,CATL
10	
11	
12	Pintura com as mãos. Creche
13	Conto de história com fantoche. Creche
14	“Basquetebol infantil”. Creche
15	“Bebé bailarino”. Creche
16	Tarde na praia fluvial do rio côa Sabugal. CATL
17	
18	
19	Elaboração de pintura das tulipas. Creche
20	Elaboração de flores em EVA. Jardim
21	Elaboração flores em EVA. CATL
22	Visita ao museu, exposição de instrumentos musicais chineses. Jardim
23	Elaboração bolinhos, para dia dos avós. Jardim
24	
25	
26	Dia dos avós. Jardim, CATL, Lar
27	Teatro “o retrato”. Lar
28	Jogo adivinha quem sou, “olá”. Jardim
29	Canções com gestos. Creche
30	Passeio a Coimbra. Jardim, CATL, Lar
31	

Legenda:		Expressão dramática e corporal		Expressão motora		Expressão plástica
		Animação lúdica		Expressão musical		

¹ Estas actividades encontram-se descritas no apêndice 28



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto	
Curso de licenciatura em Animação Sociocultural	
3º Ano - Estágio na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal	
ANO	2010
MÊS	Agosto
DIA	ACTIVIDADES
1	
2	Elaboração de marcadores de livros. Jardim, CATL
3	Elaboração de marcadores de livros. Jardim, CATL
4	Imitar o chefe, imitar animais. Creche, Jardim
5	Elaboração de instrumentos musicais. Jardim, CATL
6	Visita Sortelha. CATL
7	
8	
9	Elaboração de barquinhos. Jardim, CATL
10	Teatro com fantoches. Jardim
11	Jogos de encaixe, brincadeiras na piscina das bolas. Creche
12	Piscinas Municipais. Jardim, CATL
13	Passeio até ao parque. Jardim
14	
15	
16	Moldagem em plasticina. CATL
17	Histórias contadas através da moldagem de plasticina. CATL
18	“Basquetebol infantil”. Creche
19	Dança do jornal, com arcos. Jardim, CATL
20	Passeio nascente do rio Côa. Jardim, CATL
21	
22	
23	Mãos de gesso. Jardim, CATL
24	Conto de histórias. Creche, Jardim
25	Piscina da instituição. Creche, Jardim.
26	Pompom em pintainho. Jardim, CATL
27	Pompom em pintainho. Jardim, CATL
28	Jogos tradicionais. Lar
29	
30	Sensibilização sobre o sol. Jardim, CATL
31	Baile, apanhar balão. Lar

Legenda:	Expressão dramática e corporal	Expressão motora	Expressão plástica
	Animação lúdica	Expressão musical	



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto	
Curso de licenciatura em Animação Sociocultural	
3º Ano - Estágio na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal	
ANO	2010
MÊS	Setembro
DIA	ACTIVIDADES
1	Jogo dos macaquinhos de imitação, jogo corpo humano. Jardim
2	Adivinha que som é, jogos de grupos. Jardim
3	Trazer as bicicletas e triciclos de casa. Creche, Jardim
4	Elaboração de um prato decorativo. Lar
5	
6	Digitinta, rabiscos. Jardim, creche
7	Sensibilização sobre a alimentação. CATL
8	Jogo do “Dinis diz...”, gincanas. Jardim
9	Jogo da estátua. Jardim, CATL
10	Peddy-paper. CATL
11	Continuação da elaboração do prato decorativo. Lar
12	
13	Fazer desenhos e pintá-los. Jardim, CATL
14	Jogo do camionista, camaleão. Jardim
15	Soprar balões, jogo com mata-moscas. Jardim, CATL
16	Dança livre. Creche
17	Jogos tradicionais com idosos, crianças. CATL
18	Elaboração de objectos com ráfia. Lar
19	
20	Elaboração de objectos com ráfia. Lar
21	Jogos com arcos, transportar bolas de ping-pong numa colher. CATL, Lar
22	Jogos de mesa. CATL
23	Mini concerto senhor a tocar flauta. Lar
24	Visita ao museu, exposição sobre cenários rurais artes de ofícios tradicionais. Lar
25	
26	
27	Jogos de mesa, jogo do equilíbrio. Lar
28	Derrubar garrafas. CATL; Lar
29	Tarde no viveiro das trutas. Lar
30	Conversas com idosos. Lar
31	

Legenda:	 Expressão dramática e corporal	 Expressão motora	 Expressão plástica
	 Animação lúdica	 Expressão musical	



3.4.2. Actividades de expressão dramática e corporal

A expressão dramática e corporal traduz-se pela reprodução, verbal e/ou não verbal, de diferentes emoções ou situações do dia. Assim, esta actividade pode exprimir, individualmente ou em grupo, sentimentos como a alegria, tristeza, mágoa ou indiferença; reproduzir situações diárias como os jogos, lazer, trabalho, etc. ; ou simplesmente reproduzir comportamentos e sons de pessoas ou animais. Têm como objectivo a expressão corporal, facial, vocal e orientação espacial. (Jacob, 2008).

30 Junho – primeiro dia de estágio.

No final de Junho, mais precisamente no dia 30, iniciou-se o meu estágio. Ao fim de três anos de teoria, finalmente tive oportunidade de colocar em prática alguns conhecimentos adquiridos ao longo da minha formação. Neste dia, em conversa com a minha orientadora, foi-me dada a oportunidade de organizar a festa final de ano, marcada para dia 9 de Julho. Esta festa realiza-se no final do ano lectivo e envolve alunos, pais e funcionários da instituição.

Findas as formalidades da apresentação, e uma vez que já trabalhava nesta Instituição, iniciei imediatamente as actividades a que me propus. Realizei uma actividade com as crianças do CATL, relacionada com apresentação ritmada. Neste local trabalha a minha orientadora de estágio.

Sendo a minha primeira actividade, enquanto estagiária, estava bastante expectável e com um nervosismo à flor da pele, relativamente à reacção das crianças. No final, fiquei bastante perplexa, pois as crianças nunca tinham realizado nada do género e adoraram esta actividade.

Jogo: Imitar o chefe

Todos gostaram de fazer esta actividade, todos queriam ser o chefe. Nesta actividade quem era o chefe podia escolher os exercícios que as outras crianças iriam realizar. Havia “chefes” que determinavam às outras crianças movimentos engraçados, tais como terem que correr ao pé-coxinho, mas também havia outros queriam ser o chefe mas não conseguiam, sozinhos, dizer o que queriam.



Jogo: Imitar animais

O objectivo desta actividade era imitar um animal. Para tal eu dizia o nome de um animal e as crianças tinham de o imitar, recriando o som e o andar desse animal.

Inicialmente o jogo não foi muito bem aceite pois as crianças estavam um pouco tímidas e não sabiam muito bem como imitar o animal foi necessário dar alguns exemplos e ajudas.

Jogo de basquetebol infantil

O objectivo deste jogo era fazer com que as crianças encestassem as bolas num cesto. Foram jogando um de cada vez, umas vezes as bolas entravam outras não. Sempre que as bolas não entravam no cesto as crianças corriam logo apanhá-las, parecia que não se cansavam de jogar.

Os objectivos pretendidos foram alcançados, tendo sido difícil em controlá-los e a maior dificuldade sentida durante a actividade.

Jogo: adivinha quem sou?

Esta actividade tinha como principal objectivo identificar, através do tacto, qual era a outra criança. Quem realizava a actividade estava de olhos vendados. Uns identificavam mais rápido a outra criança mas outros demoravam mais algum tempo.

Jogo: Olá

Para esta actividade tinham de estar de olhos vendados e o objectivo era adivinhar quem foi o amigo que disse “olá”. Gostaram muito e estavam todos contentes. Durante o jogo havia alguns que queriam estar sempre a adivinhar quem era o amigo, pois sentiam-se mais confiantes.

Jogo dos macaquinhos de imitação, jogo do corpo humano

Estas actividades foram realizadas pelas crianças do Jardim. Gostaram muito de as realizar, estavam todos muito animados e entusiasmados. Todas as crianças participaram nos jogos.



Soprar balões, mata-moscas com balões

Foi uma actividade realizada com as crianças do Jardim e do CATL. Antes de enchermos os balões realizamos esta operação através do imaginário. Com o balão cheio, as crianças tinham de soprar para não o deixar cair no chão, tarefa que foi por eles realizada com bastante empenho.

Depois de realizado este jogo iniciei um outro, agora com mata-moscas. Foram duas actividades bastante divertidas e animadas pelo que nenhuma criança queria terminar.

Conto de história com fantoche

Para o desenrolar desta actividade foi necessário preparar, em casa, um fantoche em forma de cão. Contou-se a história do cão Tobias a cerca de dez crianças presentes. Estavam todas atentas e entusiasmadas excepto uma. À medida que se contava a história, as crianças descreviam o que observavam e o que se fazia com o fantoche. No final foi tempo para a brincadeira. Faziam-se gestos e perguntas com o fantoche e as crianças iam respondendo e alinhavam na brincadeira. Todos queriam brincar com o fantoche (cão).

Teatro “o retrato”

Para a realização desta actividade, representação de um teatro aos idosos do Lar, houve a necessidade de se convidar amigos da minha escola, com quem já tinha representado anteriormente. A peça representada foi “o Retrato” e tinha como principal objectivo recordar velhos tempos, temas sempre muito querido para os idosos.

No final, para animar ainda mais a festa, houve música de concertina. Os idosos divertiram-se e gostaram muito.

Teatro com fantoches

Este teatro de fantoches foi realizado com as crianças do jardim infantil. A história criada foi a diferença entre campo e da cidade. Estava um pouco expectante em ver como as crianças aderiam a esta actividade uma vez que a personagem que eles mais gostavam era o “cão Tobias”. Foi necessário pedir a colaboração de um colega para representar o teatro. No final



todas as crianças gostaram e tentaram representar as personagens do teatro. A actividade findou com a música do balão e balões no ar.

Conto de histórias

As crianças gostaram muito desta actividade. É muito útil para desenvolver a expressão da linguagem, a imaginação entre outras. Estavam todas com bastante atenção a ouvir as histórias.

Histórias contadas através da moldagem de plasticina

A plasticina dá para fazer um número infindável de actividades. Assim, pedi para recriarem uma história através da plasticina para depois contarem oralmente a todos os outros. Houve bastante imaginação e criatividade e histórias muito giras.

3.4.3. Actividade de expressão plástica

As actividades de expressão plástica procuram proporcionar às pessoas a possibilidade de se exprimirem através das artes plásticas e dos trabalhos manuais. Pretende-se deste modo que as pessoas dêem largas à sua imaginação, expressar o seu mundo interior e criatividade através da pintura, escultura, desenho, raspagem, colagem, entre outras actividades (Jacob, 2008).

Digitinta

Foi outra actividade que as crianças do jardim gostaram muito de fazer. Adoram mexer e sentir através do tacto. Havia meninos que estavam com mais vontade que outros, mas todos fizeram desenhos com os dedos.

Rabiscos, desenhos com lápis de cor – crianças de 2 anos

Desenhar com lápis de cor é uma actividade que as crianças gostam muito de fazer e desenvolve bastante a capacidade motora. Podemos observar como agarram no lápis, e o que pretendem desenhar. Gostam muito de trocar constantemente de lápis de cor, virar a folha e pintar a mesa. Torna-se muito interessante e divertido observá-los a desenhar.



Fazer desenhos e pintar

Foi uma actividade muito gira, pois cada um desenhava e pintava o que gostaria de ser e das histórias que gostava. Foi engraçado verificar que todas as meninas gostavam de ser princesas. É sempre muito engraçado e divertido fazer actividades com crianças, são sempre inesperadas, originais e têm sempre muita imaginação.

Pintura com as mãos

Os bebés adoraram pintar com as mãos e sentir a tinta, contudo havia alguns bebés que foram difíceis incentivar a colocar as mãos na tinta, pois não queriam abrir as mãos. De início estavam todos em redor de mim e foi necessária a colaboração da auxiliar. No final pude observar que nem todas as crianças reagem da mesma maneira.

Elaboração de prato decorativo

Esta actividade foi realizada com os idosos. Tinham que começar por cortar pedaços de jornal para colar no prato, alguns conseguiam com mais agilidade do que outros, por isso tive que ajudar alguns. Como não foi possível terminar num dia houve necessidade de continuar noutro dia.

Gostaram todos de realizar esta actividade. Houve bastante convívio entre eles e sentiram-se úteis por estarem a fazer alguma coisa.

Elaboração de trabalhos com ráfia

Esta actividade foi realizada com muito agrado por parte de todos os utentes. Para alguns foi um recordar de passados, pois eles faziam estes trabalhos não só em ráfia mas também nos cordéis que estavam nos fardos da palha. Gostei muito de fazer esta actividade pois também apreendi muita coisa. A maior dificuldade sentida ao trabalhar com idosos é motivá-los a realizar determinada actividade, contudo o objectivo foi alcançado proporcionando a todos os utentes momentos de alegria e de convívio.



Elaboração de marcadores para livros

Esta actividade foi muito motivadora, pois houve muita colaboração por parte das crianças. Foi feita com material reciclável tais como pacotes de leite, que foram recortados em forma de cegonha. Algumas crianças quiseram fazer mais que um marcador para oferecer aos pais e irmãos. No dia seguinte muitas das crianças traziam, no seu livro, o marcador que fizeram. A actividade foi bem sucedida.

Elaboração de barquinhos

Esta actividade consistiu em construir barquinhos em rolha de cortiça e papel. Foi uma tarefa complicada de realizar, pois tinha um grupo bastante grande e de diferentes idades. Teve mais impacto do que estava espera, todas as crianças estavam ansiosas para terminarem e assim poderem brincar com ele na água.

Moldagem em plasticina

Todas as crianças gostam de trabalhar com plasticina, pois têm liberdade de moldar e recriar o que têm na imaginação. Passaram um tempo infinito com a plasticina fazendo bolinhas, cobras entre outras coisas. Havia alguns que colocavam a plasticina na boca, outros atiravam ao chão, colavam por baixo da mesa, cadeiras e nos bolsos o que requereu maior atenção e vigilância.

Actividade com plasticina

Todas as crianças gostam de trabalhar com plasticina, pois têm liberdade de moldar e recriar o que têm na imaginação. Esta é uma actividade que permite, além da brincadeira, desenvolver a capacidade motora, a criatividade e imaginação.

É muito divertido ver que a imaginação das crianças não tem limites.

Pompom em pintainho

Esta foi uma actividade bastante demorada pois requeria algum trabalho. Havia mais motivação e empenho nalgumas crianças do que noutras, por isso tinha que os motivar. Quase



em todas as actividades, as crianças do jardim, estavam sempre mais empenhadas, animadas e motivadas do que as crianças do CATL.

Elaboração de flores e pintura de tulipas

O estágio coincidiu com o dia dos avós e para tal resolveu-se que as crianças poderiam, nesse dia, oferecer uma flor aos mais idosos.

Depois de explicar às crianças o objectivo da actividade, distribuí uma flor a cada um para pintar. Uma vez que as crianças são muito novas ainda não conseguem fazer tudo sozinhas, necessitaram da minha ajuda para pintar as flores com a técnica da mola e esponja. Inicialmente estavam todos muito entusiasmados e contentes, mas com o passar do tempo começaram a ficar cansados e a desligar da actividade. Com isto, percebemos que as crianças de 2 anos preferem estar mais livres e brincar.

Depois de as flores estarem todas pintadas tive necessidade de as recortar, pois elas ainda não sabiam picotar. De seguida, com a minha ajuda, terminou-se a actividade com o colar das folhas e flor num pau de espetada, dando assim uma imagem de “tulipa”.

Nesta actividade, para dar apoio, estiveram presentes a ajudante de acção educativa e uma educadora, no entanto esta não pareceu muito contente com a minha presença na sua sala.

De realçar que não é possível realizar actividades muito elaboradas com crianças de 2 anos, pois ainda só pintam e colam, contudo é muito gratificante trabalhar com elas pois estão sempre receptivas a tudo.

Elaboração de flores em folhas EVA

No mês de Julho, mais precisamente no dia 26, comemora-se o dia dos avós e tendo em vista este evento optámos por fazer uma surpresa aos muitos avós que estão na Instituição. A ideia era que no dia cada criança oferecesse uma flor a um dos “Avós”. Já anteriormente se tinham elaborado flores com as crianças de 2 anos, chegou agora a vez das crianças dos 3, 4 e 5 anos.

Depois de explicados os objectivos da actividade puseram mãos à obra. Foi necessário criar os moldes da flor em EVA para depois cada um recortar e colar num pequeno pau em madeira. Algumas crianças mostraram grande interesse mas outros não. Verificámos que queriam fazer tudo muito rápido e não mostraram grande preocupação em fazer as coisas perfeitas, o que é



normal nesta idade. Era necessário incentivá-los a fazer bem as coisas. Apesar de tudo, as coisas correram bem e no dia tudo decorreu conforme planeado.

Elaboração de flores em folha EVA

Já só faltavam as crianças do CATL criarem uma flor para entregar aos avós. Começou-se por lhe explicar o que se ia fazer e porquê. De seguida passei a flor de um a um para verem como ia ficar. A reacção deles, enquanto passavam flor de uns para outros, foi cheirar e comentaram que não tinha cheiro.

Cortaram-se tiras de papel “EVA” para se distribuírem por todos. Enquanto uns faziam moldes outros recortavam. Fiquei bastante surpreendida ao observar que havia crianças a fazer moldes muito perfeitos e outras a cortar muito bem. Inicialmente não estava à espera de encontrar tanto entusiasmo e alegria nas crianças ao realizar as flores.

Decoração do cenário para festa

Além de preparar as actividades para a festa era também necessário preparar o cenário do local onde se iria realizar o evento. Para tal, elaboram-se laços, vermelhos e amarelos em papel crepe, bandeirolas feitas em papel jornal pintadas com spray de várias cores. Na parede colocou-se um papel de cenário e pintou-se nele um globo com várias crianças de todo o mundo. Nesta actividade tive a colaboração das ajudantes educativas e da minha orientadora.

Convite para a festa final de ano

Com o aproximar da festa final de ano, havia que formular os convites para os pais das crianças. Devido ao facto de estarmos na altura dos Santos Populares, surgiu a ideia de fazermos os convites em forma de manjericos. Para tal utilizou-se material reciclado e desta forma também transmitimos não só às crianças, como também aos pais, a importância de reciclar.

Nesta actividade verificou-se que nem todas as crianças tinham paciência e perfeição para elaborar os manjericos, estavam sempre com pressa em terminar, mas aquando da realização da actividade as crianças demonstraram bastante entusiasmo e alegria.



Mãos de gesso

Esta actividade foi realizada com crianças do jardim e CATL. Todos acharam muito interessante estar a fazer as mãos deles. Todos queriam fazer ao mesmo tempo, tive a necessidade de lhes explicar que cada um tinha de esperar pela sua vez. O empenho das crianças foi elevado e os objectivos inicialmente propostos foram alcançados.

3.4.4. Actividades de expressão musical

A música acompanha o homem desde tempos imemoráveis. Esta actividade explora diferentes ritmos e sons e materializa-se de diferentes formas, tais como identificar e produzir sons, relembrar uma canção já apreendida, cantar produzindo diferentes formas de ritmos, criar formas de movimentos através da música, criar instrumentos musicais, saber fazer silêncio e escutar etc. (Jacob, 2008).

Elaboração de instrumentos musicais

Esta actividade foi realizada com crianças do jardim e CATL. Elaboraram-se umas maracas e castanholas, tudo com material reciclado. Como material para as maracas, já tinha sido, pedido, o dia anterior, às crianças que guardassem dois copos de gelados de “epa”. Durante o decorrer da actividade, verificou-se que as crianças do jardim estavam mais empenhados que as crianças do CATL. Gostaram muito de fazer os instrumentos, todos queriam terminar o mais rápido possível para poderem brincar com eles.

Coreografia para a festa final de ano

Nos primeiros dias do estágio a preocupação era a festa final de ano. Uma das principais actividades para este evento era uma coreografia, para isso teríamos de prepará-la ao pormenor. A primeira dificuldade foi a escolha da música, que após algumas audições optou-se pela música do Mundial (Waka Waka da Shakira). Durante os ensaios as dificuldades foram muitas, algumas crianças estavam com dificuldades em acertar o passo de acordo com a música, mas rapidamente nos apercebemos que tínhamos acertado na escolha da música pois as crianças, além de gostarem, aprenderam depressa o que tinham de fazer. No final o objectivo foi alcançado e para além do divertimento esta actividade é de extrema importância para a concentração e coordenação.



Bebé bailarino

Para esta actividade foi necessário preparar uma sala ampla, rádio e escolher a música.

A actividade consistiu em motivar e entusiasmar as crianças a dançar ao som da música. À medida que se colocava determinada música as crianças dançavam de determinada maneira. Houve uma ou outra criança, mais envergonhada, que foi necessário motivar e incentivar a dançar.

No início sentimo-nos um pouco expectantes, pois não sabíamos se as crianças iam ou não gostar e se as músicas eram as mais adequadas, mas no final concluímos que foi um êxito.

Canções com gestos

Esta actividade teve por objectivo desenvolver a capacidade motora e linguagem das crianças. Através do cantar de canções as crianças iam fazendo gestos alusivos às músicas. O balanço final foi positivo, todos adoraram.

Visita ao museu - exposição de instrumentos musicais chineses

No dia 22, pela manhã, optamos por ir visitar uma exposição de instrumentos musicais chineses que decorria no museu do Sabugal. O museu como fica localizado nas proximidades do Centro Infantil Riba-Côa permitiu-nos ir a pé.

Chegados ao Museu a principal preocupação foi incutir nas crianças a necessidade de não mexer nos instrumentos expostos, tarefa esta difícil, mas que foi cumprida. Para tornar a visita mais fácil e segura houve a necessidade de repartir as crianças em grupos de 5 elementos perfazendo no total 4 grupos.

À medida que decorria a visita foi-se explicando o nome, o que fazia e qual a importância de cada instrumento. A maior dificuldade sentida foi controlar as crianças de forma a não danificarem os instrumentos mas, no geral, a visita correu bastante bem e sem incidentes.

Dança do jornal e Jogo do arco

As actividades foram realizadas com crianças do jardim e CATL. Inicialmente expliquei o que se pretendia e de seguida todos brincaram. Gostaram muito de fazer as duas actividades, pelo que foi necessário repetir várias vezes. As crianças não se cansavam e estavam todos



muito entusiasmados, muitos deles já transpiravam. Nunca pensei obter estes resultados com estas actividades, foi muito gratificante.

Jogo: Adivinha que som é?

Esta actividade tinha por objectivo adivinhar a que objecto pertencia o som. O jogo realizou-se de olhos vendados para dificultar mais as coisas. A adesão foi melhor que a esperada e estavam todos muito contentes, tendo por isso conseguido os objectivos pretendidos.

Jogo: estátua

Esta actividade foi realizada com música, e tinha por objectivo dançar até a música parar. Quando a música parasse tinham que fazer de estátua. Quando tinham de parar, uns ficavam em posições confortáveis mas outros não. Todos jogaram com bastante entusiasmo e cheios de energia. Consegui o objectivo que era animar as crianças com este simples jogo.

Dança livre

Esta actividade foi realizada com as crianças mais pequenas. À medida que a música tocava elas ia dançando como queriam. Foi bastante gratificante ver todas as crianças animadas.

Concerto de música - Flauta

Foi uma actividade diferente, quando soube que o senhor António, utente do Lar, tocava flauta, resolvi então aproveitar para realizar um mini concerto para os restantes utentes. Quando lhe coloquei a minha ideia, ele ficou bastante comovido e logo aceitou. Apesar da sua idade ainda conseguiu tocar bastantes músicas. Todos gostaram de o ouvir e verificaram-se momentos de grande alegria.

Baile, apanhar balão

Esta actividade foi realizada com os idosos. Surgiu a ideia de realizar um baile para dançar. Enquanto alguns dançaram cheios de energia outros preferiram ficar a observar, não por falta de vontade mas porque a idade já não lhes permitia tal coisa.



No final foram lançados diversos balões para o ar para eles tentarem apanhar.

3.4.5. Actividades de expressão motora

O nosso corpo é considerado um veículo de sensações. Assim, é através dele que adquirimos a noção da nossa colocação no espaço, isto é, quando nos sentamos não precisamos de estar a olhar para a cadeira. Esta actividade tem por objectivos controlar voluntariamente os movimentos, manipular correctamente diversos objectos, ser capaz de se relaxar, possuir controlo motor e socialização e participar em jogos de movimento (Jacob, 2008).

Jogos tradicionais

Esta foi uma actividade que os idosos gostaram muito de fazer, estavam todos alegres bem-dispostos e aderiam facilmente. Por momentos esqueceram as mágoas, tristeza e a doença. Recordavam com muito gosto como passavam o seu tempo livre em outros tempos. Objectivos foram alcançados com sucesso.

Jogos de mesa

Jogos de damas, galo, cartas e dominó realizados com idosos e crianças.

Esta actividade foi destinada a todas as crianças e idosos da instituição, tendo como principal objectivo o convívio entre todas as crianças e idosos. Estavam presentes cerca de 20 crianças e 20 a 30 idosos. Ao longo dos jogos as crianças iam fazendo várias brincadeiras livres com os idosos que nem sequer estavam programadas, mas foram sempre bem acolhidas pelos idosos. O objectivo principal era o convívio entre as crianças e os idosos e em termos gerais este foi conseguido.

Jogo: Derrubar as garrafas com as crianças

Nesta actividade as crianças estavam sempre muito irrequietas e entusiasmadas, pois queriam derrubar mais garrafas que os amigos para assim serem os vencedores. Apesar da competição todos as crianças se sentiam amigas e alegres.



Jogo: Derrubar as garrafas com idosos e as visitas

Durante uma visita, de familiares aos idosos, resolvi realizar a actividade de derrubar as garrafas para assim haver mais convívio. Quando as visitas chegaram já os idosos estavam a jogar, no entanto foram poucas as visitas que aderiram ao jogo.

Foi uma actividade cuja adesão das mulheres foi inferior à dos homens, estas diziam que era um jogo para homens. Apesar de tudo foi bastante divertido para aqueles que jogaram.

Jogo: transportar bola de pingue-pongue com colheres - idosos e crianças

Com esta actividade desenvolveu-se um convívio inter-geracional, foi muito gratificante tanto para a criança como para o idoso, ambos passaram bons momentos. Um dos idosos conseguiu aguentar mais tempo a bola na colher do que as crianças, pois eram mais trapalhonas, apregoadas. Mais uma vez verifiquei como os idosos estavam animados e contentes por terem ali as crianças.

Jogo do equilíbrio

Esta foi uma actividade bastante divertida e animada. Apesar da idade já avançada, e alguma falta de equilíbrio, os utentes do lar adoraram este jogo. Com esta actividade proporcionou-se uma tarde de alegria. De salientar que, embora uns tendo mais jeito que outros, o objectivo não era ganhar mas sim participar e foi o que aconteceu. Com estas actividades devolve-se alguma alegria esquecida dos tempos de infância. É sempre gratificante devolver alguma alegria às pessoas.

Jogos de encaixe, brincadeiras na piscina das bolas

Estas actividades, que as crianças tanto adoram fazer, são muito importantes para o desenvolvimento da psicomotricidade. Durante a brincadeira havia crianças que estavam mais animadas que outras, uns gostaram mais da piscina das bolas e outras do jogo do encaixe.



Jogo: camaleão e camionista

Estas actividades foram realizadas com crianças do jardim e que gostaram tanto que repetiram várias vezes. Todas as crianças acharam o jogo muito divertido. Pude verificar neles o entusiasmo que tinham ao realizar a actividade. Gostaram mais do camionista, mas quiseram repetir ambas. Os objectivos foram alcançados tendo a actividade bastante sucesso.

Jogos tradicionais com idosos, crianças

Esta actividade foi elaborada em conjunto, entre as crianças e idosos, havendo por isso um convívio inter-geracional. Tanto os idosos como crianças estavam muito animados ao realizar as actividades em conjunto. Isto permitiu aos idosos quebrar a monotonia dos dias e às crianças aprenderam a valorizar e respeitar os idosos. Foi muito divertido.

Jogo: lançamento com arcos

Estes jogos foram realizados com idosos e crianças. Foi uma actividade muito divertida, educativa e social. Cada criança tinha como parceiro um idoso para executar a tarefa de acertar o arco no pau. Os idosos estavam mais contentes e alegres que as crianças mas estas ensinavam-nos como deviam mandar o arco. Com esta actividade apercebi-me de como os idosos gostam de ter a presença de crianças, parece que lhes nasce uma alma nova, esquecem-se das dores e deixam de estar melancólicos.

3.4.6. Animação lúdica

A animação lúdica, tal como o seu nome indica, tem por objectivo divertir as pessoas e o grupo, ocupar o tempo, promover o convívio e divulgar o conhecimento, artes e saberes. É uma animação que está principalmente vocacionada para a essência da animação (lazer, brincadeiras e entretenimento). Permite também conhecer alguns aspectos do ambiente natural e social (Jacob, 2008).

Tarde na praia fluvial do Sabugal - Rio Côa

O rio Côa passa pelo Sabugal e fica perto da Instituição. Assim, numa tarde de calor resolvemos levar as crianças à praia fluvial. Na praia as actividades eram imensas, podiam



descansar, jogar à bola, fazer canoagem entre outros jogos. Depois da brincadeira a fome apertou, por isso o lanche foi servido no local. O facto de estarem ao ar livre até lhes abriu mais o apetite.

É sempre muito gratificante ver as crianças gostarem do trabalho por nós desenvolvido.

Festa final de ano

O dia da festa finalmente chegou. Inicialmente o previsto era que esta se realizasse ao ar livre, no jardim da Instituição, mas à última hora o local teve de ser alterado devido à chuva que caía na região. Em alternativa escolheu-se o salão da Junta de Freguesia do Sabugal, que teve de ser por nós decorado para a ocasião.

Apesar deste imprevisto, a festa decorreu bastante bem. Os pais adoraram ver os filhos no palco a fazer aquilo que andaram durante dias a ensaiar e as crianças divertiram-se imenso.

Foi uma experiência diferente e bastante gratificante, pois podemos verificar que nem tudo corre como esperamos, temos de estar sempre preparados para os imprevistos. Conseguimos deste modo alcançar o pretendido, que as crianças executassem a peça sem enganos, que se divertissem e que aprendessem alguma coisa como por exemplo o trabalhar em equipa.

Elaboração de bolinhos para dia dos avós

Esta actividade foi realizada em conjunto com as crianças do jardim e da creche. Depois de explicar em que consistia a actividade preparamos todos os ingredientes e utensílios para a feitura da massa dos bolos. As tarefas foram repartidas pôr todas as crianças, enquanto uns colocavam ingredientes os outros observavam atentamente e iam colocando dúvidas.

Algumas crianças, cujos pais trabalhavam neste ramo, disseram prontamente que adoravam fazer bolos e que já sabiam como se faziam. No final todos adoraram e perguntaram quando voltaríamos a realizar outra actividade do género.

Dia dos avós: ida das crianças ao Lar

Finalmente chegou o dia dos avós. Neste dia as crianças dos 2 anos, do jardim e CATL puderam, finalmente, entregarem as flores que há algum tempo vinham trabalhando. A actividade teve início pelas 14H30 e nela estiveram presentes para além das crianças e idosos,



todos os funcionários da instituição. Além das flores, as crianças do CATL recitarem um poema e ofereceram os bolinhos, que tinham feito, aos idosos.

O lanche foi servido, em conjunto, para todas as crianças, idosos e funcionários. Este pequeno acto fez com que as crianças não se esqueçam dos mais velhos, que os apoiem e lhes dêem sempre carinho. Os idosos, como acto de retribuição, ficaram muito contentes e alguns até emocionados.

As actividades e o convívio intergeracional são cada vez mais importantes na nossa sociedade e foi uma das grandes apostas neste estágio.

Passeio à cidade de Coimbra

As actividades desenvolvidas não se ficaram só pelo interior da Instituição, como tal também se realizou uma viagem a Coimbra visitar o barco Bazófiás, Portugal dos Pequeninos e o Centro de Ciências Vivas. Participaram nesta visita as crianças, idosos, funcionários e filhos. Foi muito interessante ver o convívio intergeracional, os menos novos partilhavam experiências e histórias da sua juventude com os mais novos e ao mesmo tempo aprendiam com eles.

Foi o regressar à juventude para muitos e uma brincadeira para outros.

Visita a Sortelha

Nas proximidades do Sabugal existe uma pequena aldeia histórica muito visitada por turistas. Surgiu então a ideia de visitar esta aldeia. Assim, alugou-se um autocarro à Câmara Municipal do Sabugal e logo pela manhã saímos do Sabugal em direcção a Sortelha. O trajecto foi feito de grande animação e alegria com as crianças a rir e cantar.

Durante a visita à pequena aldeia, que fica dentro das muralhas do castelo, explicou-se às crianças o que eram aquelas casas, de que eram feitas e para que estavam rodeadas pelas muralhas.

Nem todas as crianças subiram às muralhas, pois o medo era mais forte do que a curiosidade, contudo os mais aventureiros não tiveram qualquer problema em subir.



Piscinas Municipais

Esta actividade foi realizada com crianças do jardim do CATL. Pela manhã fomos para as piscinas municipais, uns foram a pé outros na carrinha da Instituição. Depois de se equiparem todos, correram todos animados para a água. Enquanto havia uns que adoravam andar na água outros tinham medo, mesmo com uma pessoa adulta ao lado hesitavam entrar na água. Na piscina, além da brincadeira, realizaram-se alguns exercícios próprios para a ocasião.

Passeio até ao parque

Com as crianças do jardim, durante uma manhã fomos até ao parque/jardim da cidade. Para quebrar a rotina fomos a pé, desde a Instituição até ao parque. Inicialmente tinha algum receio acerca do comportamento das crianças no trajecto, mas comportaram-se todas muito bem. No final todos pediram para voltarmos.

Passeio à nascente rio Côa

Esta actividade foi realizada com crianças do jardim e do CATL. Logo de manhã fomos para os Fóios, local onde nasce o rio Côa. O trajecto realizou-se através do autocarro da Câmara Municipal até ao centro cívico dos Fóios. Neste local comemos alguma fruta, para de seguida iniciarmos caminhada até à nascente. Não foi fácil pois o percurso ainda era longo, houve crianças que já estavam a ficar cansadas e por isso tivemos que as levar ao colo. Quando chegamos à nascente foi uma alegria pois tinha uma vista bonita. No regresso já não fomos a pé, fizemos todo o trajecto de autocarro.

Para almoçar paramos no parque de merendas, quando terminámos os mais pequenos dormiram uma sesta e os restantes realizaram jogos tradicionais. Foi uma actividade muito gratificante. Todos gostaram do passeio e do contacto com a natureza e o campo.

Ida até à Piscina

Esta actividade foi realizada na instituição, pois também possui uma piscina. Durante a tarde de calor as crianças foram para a piscina, brincaram na água e na relva. É muito gratificante quando se programa uma actividade e no final tudo corre bem.



Sensibilização sobre o sol

Esta actividade foi realizada com a ajuda dos pais de uma criança da Instituição. Quando surgiu esta ideia, falei com os pais de uma das crianças e eles prontamente aceitaram em se deslocar à Instituição fazer uma sensibilização sobre os cuidados a ter com o sol e sua importância.

O filho deles também estava presente e muito contente e orgulhoso por ter ali os pais a falar com os amigos sobre o sol.

Trazer bicicletas de casa

Esta actividade foi muito divertida pois também envolveu os pais das crianças. Poucas foram as crianças que não trouxeram a bicicleta. Como já todos conheciam a sua bicicleta queriam andar nas dos outros. Foi muito gracioso ver alegria das crianças, todas contentes por haver ali tantas bicicletas.

Sensibilização sobre alimentação

Realizei esta actividade com as crianças do CATL. De início questionei-os se achavam que tinham uma boa alimentação e quais eram as comidas que não deviam comer em excesso. As respostas foram variadas e notei que alguns estavam bem informados mas outros não. Assim, visto que nem todos sabiam que alimentos fazem bem e mal e pelo facto de estarem na Instituição duas crianças com algumas restrições na alimentação resolvi sensibiliza-los acerca dos bons e maus alimentos.

No final sugeri que fizéssemos uma salada de fruta para comerem a seguir ao almoço. No final ficaram todos satisfeitos com a salada que eles próprios fizeram.

Peddy-paper

Todas as crianças adoraram esta actividade pelo que estiveram todo o tempo animados e agitados. Foi uma actividade com algum trabalho, mas o resultado foi gratificante.



Visita ao museu com os idosos.

Exposição de cenários rurais, artes e ofícios tradicionais do Concelho do Sabugal

A exposição de cenários rurais e ofícios tradicionais no museu do sabugal foi uma ótima oportunidade para os idosos lembrarem certos ofícios em que trabalharam outrora. No início estavam um pouco reticentes em ir, pois a deslocação efectuou-se pela manhã, mas depois de lá estarem tudo mudou. O entusiasmo tomou conta das pessoas e já estavam todos contentes.

Tarde no viveiro das trutas - Trutal - Côa

No meu penúltimo dia de estágio resolvi, juntamente com os idosos, passar a tarde no viveiro das trutas. É um espaço muito acolhedor com um lago onde lanchámos e conversámos. Foi um dia diferente e todos gostaram.

Conversas com idosos

Esta era actividade que todos os idosos gostavam de fazer e estavam sempre dispostos para isso. Era uma forma de reviver o passado, contar aventuras vividas, anedotas, adivinhas e histórias. Aprende-se muito com estes senhores cheios de conhecimentos vividos.



REFLEXÃO FINAL

O curso de Animação Sociocultural, com três anos de formação teórica, culmina num estágio prático. Este estágio permite ao aluno implementar e solidificar um conjunto de conhecimentos adquiridos ao longo destes anos de formação e preparar o estagiário para o mercado de trabalho.

O estágio decorreu na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal e de um modo geral, os objectivos inicialmente traçados foram cumpridos. Assim, para proporcionar um melhoramento na qualidade de vida das pessoas com quem trabalhei, desenvolvi um conjunto de actividades a nível cultural, educativo, cognitivo, físico, psicológico, social, linguístico e emocional através de actividades de expressão corporal, dramática, plástica, musical e animação lúdica.

Este estágio permitiu-me perceber que o papel de animador não é fácil. O facto de trabalhar com pessoas já o torna difícil e complexo, pois o comportamento humano e das comunidades são de difícil compreensão e nem todos têm o mesmo comportamento. Assim, exige-se do animador uma constante adaptação às diferentes situações que se lhe apresentam. A título de exemplo, e com base em experiências decorridas durante o estágio, preparar uma actividade para crianças de dois anos não é o mesmo que preparar uma actividade para os idosos. Torna-se imprescindível, antes de qualquer trabalho, conhecer bem a pessoa ou grupo com a qual vamos trabalhar bem como a comunidade onde se encontram inseridos.

Em suma, e considerando a globalidade e complexidade dos fenómenos sociais, exige-se uma intervenção social cada vez mais urgente, pelo que o papel do Animador Sociocultural tem vindo a assumir uma maior importância na sociedade. No caso da Santa Casa da Misericórdia é importante que o Animador possa dar resposta às solicitações do serviço, que realize tarefas e actividades de animação, que seja capaz de estimular e cativar a motivação das pessoas ou grupo para uma determinada acção.

Visto sob uma perspectiva prática, este estágio além de uma experiência agradável foi também bastante proveitoso, pois permitiu um enriquecimento das matérias seleccionadas ao longo destes anos, bem como o confronto com a realidade social. Neste sentido, a grande lição que se retira do estágio é que entre a teoria e a prática vai alguma distância embora se encontrem interdependentes. Este estágio prático muito contribuiu para poder conhecer melhor a realidade, entender os factos, saber lidar com os diferentes públicos, ser criativa e ter



capacidade de gerir várias situações menos comuns. Neste ponto de vista, o estágio prático desenvolvido na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal fortaleceu-me não só a nível profissional como também a nível pessoal.



BIBLIOGRAFIA

- Allué, M. Josep (2003). *O Grande Livro dos Jogos* Lisboa: Âncora Editora
- Auzeméry, Nathalie (2006). *O livro dos 6-10 anos, actividades brincadeiras criação* Maia: Edições Nova Gaia
- Beja, Francisco, Topa, José Manuel, Madureira, Cristina (s/d). *Drama, pois! Jogos e Projectos de Expressão Dramática*. Porto: Porto Editora
- Brandes, Donna e Howard Phillips (1977). *Manual de jogos educativos – 140 jogos para professores e animadores de grupo* Lisboa: Moraes editores.
- Brandes, Donna, Phillips, Howard (2008). *Manual de Jogos Educativos* Lisboa: Culturais Editora
- Brígida, Rita (2009). *Livro de actividades jogos de interior e exterior 3/6 anos* Lisboa: Texto Editores
- Brito, C., [S/D]. *Trabalhos Manuais – 5.º Ano*, Lisboa: Texto Editora
- Cabral, António (1998). *Jogos populares infantis*, Lisboa: Editorial Notícias
- Castilho, B., Martínez, F. (2005). *Um jogo para cada dia* Lisboa: Editorial Estampa.
- Cauquetoux, Denis et al. (2007). *O livro do papel, actividades, brincadeiras, criação*. Maia: edições Nova Gaia
- Felgueiras, Bernardina (2008). *O livro das brincadeiras* Lisboa: Arte Plural
- Geis, Pilar Pont e Maika Carrogio Rubí (2007). *Terceira Idade Actividades criativa e recursos práticos* São Paulo: editora Artmed
- Jacob, Luís (2008). *Animação para Idosos* Porto: Ambar
- Lopes, Marcelino de Sousa (2006). *Animação Sociocultural em Portugal* Chaves: editora intervenção – Associação para a promoção e Divulgação Cultural
- Lopes, Marcelino, Pereira, José Dantas Lima (2009). *Animação Sociocultural na terceira idade* Chaves: intervenção a promoção e divulgação cultural.
- Lopes, S. Marcelino, *Animação Sociocultural em Portugal* (2006). Amarante: Gráfica do Norte
- Manes, Sabina (2009). *83 Jogos psicológicos para a dinâmica de Grupos* Lisboa: Paulus editora
- Osório, Agustín (2008). *Animação Sociocultural na Terceira Idade*, in *A Animação Sociocultural e os desafios do Século XXI*, dir. José Pereira, Manuel Vieites, Marcelino Lopes, Intervenção.



- Osório, Augustín Requejo e Fernando Cabral Pinto (2007). *As Pessoas Idosas Contexto Social e Intervenção Educativa* Lisboa: Instituto Piaget.
- Quivy, Raymond, Luc Van Campenhoudt (1988). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*, Lisboa: Gradiva.
- Pedrosa, Maria Amélia (2007). *Art attack brinca e cria muitas actividades manuais para te divertires*. Rio de Mouro: Everest.
- Pereira, Alexandre e Carlos Poupa (2008). *Como escrever uma tese, monografia ou livro científico usando o Word*, Lisboa: Edições Silabo.
- Pereira, D. L. José, Vieites, F. Manuel e Lopes, S. Marcelino (2007). *Animação, Artes e terapias*, Ponte de Lima: Intervenção.
- Revista Educadores de Infância, n.º 18, Grupo Porto Editora.
- Revista EVA, Pegue & Faça Especial, Editora Escala, Edição 28.
- Rodrigues, Paula (2005). *Brincadeiras para estimular o cérebro da criança* Lisboa: Textos Editores
- Savouré, C. (2005). *ABC Actividades, Brincadeiras, Criação* Maia: Edições Nova Gaia.
- Silva, Nelly (2009). *O meu livro de jogos*. Porto: Porto Editora.
- Soler, Reinaldo (2008). *Brincando e aprendendo com os jogos cooperativos* Rio de Janeiro: Sprint
- Sousa, Alberto B. (2003). *Educação pela arte e artes na educação música e artes plásticas* Lisboa: Instituto Piaget
- Trilla, Jaume (1997-1998). *Animação Sociocultural teorias, programas e âmbitos* Lisboa: Editorial Ariel
- Warner, Penny (2006). *Aprender a brincar, 160 jogos e actividades pedagógicas para crianças até 3anos*. Sintra: saber viver
- Watt, Fiona (2007). *365 Coisas para fazer e criar* Lisboa: Edicare Actividades
- Wiertsema, Huberta (2006). *100 Jogos de Movimento* Porto: ASA editora

Endereços electrónicos

<http://www.google.pt/imgres?imgurl=http://4.bp.blogspot.com/> , em 10 Julho 2010, 22h00.

<http://associacaoeprg.blogspot.com/2007/04/mapas-de-orientao.html>, em 13 Setembro 2010, 21h00

<http://www2.seg-social.pt/> em 8 Dezembro 2010, 22h00



ANEXOS



Anexo 1- Desenho do cenário festa de final ano

Anexo 2- Desenho do cenário festa de final de ano

Anexo 3 - Desenho do cenário festa de final ano

Anexo 4- Músicas da coreografia da festa de final de ano

Anexo 5 - Molde do Cão

Anexo 6- Molde das flores

Anexo 7- Poema para idosos



Anexo 1- Desenho do cenário festa de final ano



Anexo 2- Desenho do cenário festa de final de ano



CRIANÇAS DO MUNDO



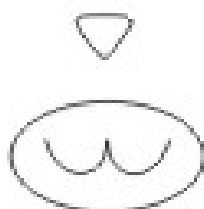
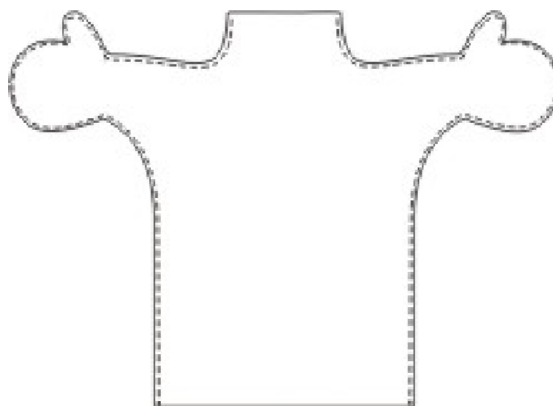
Anexo 3 - Desenho do cenário festa de final ano





Anexo 4- Músicas da coreografia da festa de final de ano

Anexo 5 - Molde do Cão

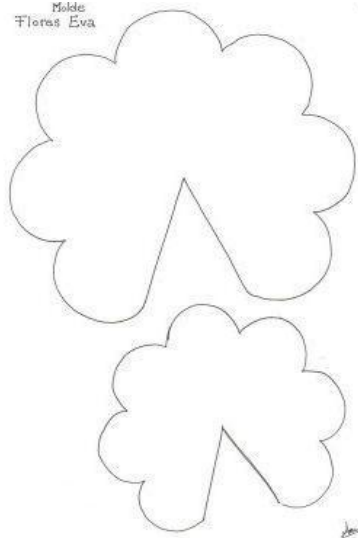




Anexo 6- Molde das flores



Molde
Flores Eva





Anexo 7- Poema para idosos

Queridos Avós

Autor: Sandra Mamede

A vocês

que nos cercam de muito carinho,
de muito amor.

Que nos fazem todas as vontades.

Que nos dão tudo sem nada pedir.

Que nos amam mais que a si próprios.

A vocês, meus queridos avós,
que Deus os abençoe cada dia mais.

Que nos dê a bênção
de sempre tê-los conosco,

nos dando muito amor,
nos passando experiências,

nos ouvindo com carinho,

nos "dengando",

nos orientando,

nos aconselhando,

nos suportando

sempre com muita paciência.

Vocês são para nós, seus netos,

um grande exemplo de experiência,

de trabalho,

de honestidade,

de paciência,

de fé,

de firmeza,

e principalmente de muito amor.

Amamos vocês...



APÊNDICES



- Apêndice 1** - plano de estágio
- Apêndice 2** - creche
- Apêndice 3** - jardim-de-infância
- Apêndice 4**- CATL
- Apêndice 5** - lar senhora da graça
- Apêndice 6** - centro dia
- Apêndice 7**- apoio domiciliário
- Apêndice 8** -funcionários de apoio
- Apêndice 9** - recursos humanos, tempo inteiro
- Apêndice 10**- recursos humanos tempo parcial
- Apêndice 11** - pedido de autorização a utilização das fotografias do seu filho.
- Apêndice 12** - texto da coreografia
- Apêndice 13** - vestuário para festa de final de ano
- Apêndice 14** - informação
- Apêndice 15** - informação
- Apêndice 16** - informação
- Apêndice 17** - pedido de cedência de autocarro
- Apêndice 18** - informação
- Apêndice 19** - história da rosa mulher do campo, D^a. Lulu mulher da cidade com fantoches
- Apêndice 20** - informação
- Apêndice 21** - pedido de cedência de autocarro
- Apêndice 22** - informação
- Apêndice 23** - informação
- Apêndice 24** - pedido de cedência de espaço (castelo municipal do sabugal)
- Apêndice 25** – peddy paper
- Apêndice 26** – CD com fotografias das actividades do estágio
- Apêndice 27** – algumas fotografias das actividades
- Apêndice 28** - actividades descritas



Apêndice 1

Plano de estágio

Durante o meu estágio, pretendo elaborar um conjunto de actividades pedagógicas e lúdicas. As actividades serão desenvolvidas em consonância com programa anual da Instituição, assim como das diferentes faixas etárias. Pretendo desenvolver actividades que estimulem a criança, a nível cognitivo (desenvolvendo assim a capacidade de raciocínio), físico (motricidade grossa, motricidade fina, coordenação e equilíbrio), psicológico (auto consciência, auto estima, autoconfiança), social (interacção social), linguístico, (vocabulário), emocional (partilha de sentimentos), entre outros. Irei introduzir actividades de expressão corporal, dramática, plástica e musical.

Enquanto Animadora Sociocultural, pretendo desenvolver nas pessoas de maior idade, um conjunto de actividades de âmbito cultural, educativo, social, contribuindo assim, para melhorar a sua qualidade de vida das mesmas.



Apêndice 2. Creche

Sala	N.º de crianças	Feminino	Masculino	N.º de funcionários
Berçário	12	6	6	3 Ajudantes educativas 1 Educadora Infância
1 Ano	12	7	5	2 Ajudantes Educativas 1 Educadora
1 Ano e meio	12	8	5	2 Ajudantes Educativas 1 Educadora Infância
2 Anos	16	9	7	2 Ajudantes Educativas 1 Educadora Infância

Apêndice 3- Jardim de Infância

Sala	N.º de crianças	Feminino	Masculino	N.º de funcionários
4/3 Anos	19	9	10	1 Ajudante Educativa 1 Educadora Infância
5/3 Anos	17	10	7	1 Ajudante Educativa 1 Educadora Infância

Apêndice 4- CATL

Sala	N.º de crianças	Feminino	Masculino	N.º de funcionários
	1º Ano 10	3	7	2 Ajudantes Educativas 1 Animadora Sociocultural
1º Ciclo	2º Ano 8	2	6	
	3º Ano 9	4	5	
	4º Ano 3	1	2	



Apêndice 5- Lar Senhora da Graça

Idosos	Feminino	Masculino	Activos	Dependentes	Acamados
48	31	17	12	21	16

Apêndice 6- Centro dia

Idosos	Feminino	Masculino
10	5	5

Apêndice 7- Apoio domiciliário

Idosos	Feminino	Masculino
10	4	6

Apêndice 8-Funcionários de apoio

1 – Cozinheira
3 – Ajudantes de cozinha
1 – Motorista
2 – Ajudantes de limpeza
1 – Jardineiro



Apêndice 9- Recursos humanos, tempo inteiro

1 – Educadora Social/ Directora Técnica	Nº Funcionários
1 – Técnica Serviço Social	56
11 – Ajudantes de Acção Directa	
11 – Ajudantes de Serviços Gerais	
2 – Cozinheira	
5 – Ajudantes de Cozinha	
1 – Motorista	
1- Enfermeiro	
1-Jardineiro	
1-Directora Pedagógica/ Educadora Infância	
2- Educadora Infância	
14-Ajudante Acção Educativa	
2-Animadora Sociocultural	
1-Psicologa	
2-Administrativas	

Apêndice 10- Recursos humanos tempo parcial

1 – Médico
1 – Fisioterapeutas



Apêndice 11 - Pedido de autorização a utilização das fotografias



Instituto Politécnico da Guarda
Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

Assunto: Pedido de autorização a utilização das fotografias do seu filho.

Eu, **Paula Maria Afonso Gonçalves** aluna do Instituto Politécnico da Guarda, curso de Animação Sociocultural, venho mui respeitosamente pedir a V. Ex^a que se digne autorizar a utilização das fotografias dos seus filhos sem ter de desfocar o rosto para a realização do relatório de estágio final de curso, sendo só para esse fim.

As fotografias a que me refiro apenas dizem respeito às actividades por mim realizadas, ao longo da unidade curricular estágio na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal.

☐

Sim, autorizo.

☐

Não, autorizo meu filho_____

Obrigada, pela sua colaboração.

Paula Maria Afonso Gonçalves



Apêndice 12 - texto da coreografia

1º - O Brasil fica no outro lado do Oceano Atlântico e durante séculos foi uma colónia portuguesa.

Bernardo

2º - A Espanha é o nosso país vizinho, e junto com Portugal formam a Península Ibérica.

Verónica Pires

3º - A Holanda também chamada por “ Países Baixos” e a sua capital é Amesterdão.

Miguel Borges

4º - Itália que tem como capital Roma, e é a terceira cidade mais visitada da União Europeia.

.-Beatriz

5º - Alemanha localiza-se na Europa Central e a sua capital é Berlim.

Francisco Lavajo

6º - Argentina é o oitavo maior país do Mundo e a capital é Buenos Aires e é uma das nações de língua espanhola.

Daniela Afonso

7º - Inglaterra tem a sua capital que é Londres e a língua inglesa é a segunda língua mais falada do mundo.

Tiago Martinho

8º - Portugal que é o país onde nós vivemos, o nosso idioma é o português e a nossa capital é Lisboa. A nossa relação tem sido bem-sucedida nas competições desde sempre. A nossa cultura está distribuída pelos quatro cantos do Mundo.

Tatiana Marques



Apêndice 13- vestuário para festa de final de ano



Santa Casa da Misericórdia do Sabugal

Exmo. Sr.

Encarregado de Educação

De _____

Assunto: Vestuário para Festa de Final de Ano

Vai decorrer no dia 9 de Julho (Sexta-feira), na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, a Festa Final de Ano. Assim, venho mui respeitosamente solicitar a V. Exa. que o seu educando traga uma camisola de cor vermelha e saia branca, caso seja do sexo feminino, ou traga calção branco e camisola verde, no caso de ser do sexo masculino, para efectuarem uma coreografia.

Como tal, é com imenso agrado que contamos com a presença de Vossa Exa.

Agradeço antecipadamente a atenção de V.Exa, apresento os meus melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)



Apêndice 14- informação actividade na praia fluvial do sabugal



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Informação

Vimos por este meio informar os Encarregados de Educação, que amanhã (Sexta-Feira, dia 16 de Julho) iremos realizar, durante a tarde, uma actividade na Praia Fluvial do Sabugal, com chegada prevista às 17h.

Ao longo do dia iremos realizar diversas actividades entre as quais andar de canoa, pelo que agradecemos que o seu educando traga:

- Outra muda de roupa;
- Protector solar;
- Boné;
- Toalha;
- Sapatilhas e chinelos.

Agradeço desde já a atenção dispensada.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)

Nota:

Se as condições climáticas não permitirem a realização da actividade na Praia Fluvial a mesma será alterada para outro dia, da próxima semana.



Apêndice 15 – autorização passeio a Coimbra



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Informação

Vimos por este meio informar os Encarregados de Educação que se irá realizar, sexta-feira dia 30 de Julho, uma visita de estudo, por ocasião do final de ano, a Coimbra com toda instituição (Jardim de Infância, CATL e Lar). Este passeio contempla a visita ao Portugal dos Pequeninos, Exploratório ciência viva, Barco Bazófilas pelo que será necessário pagar um valor de 10€.

Neste sentido, solicita-se a V. Ex.^a se autorização a participação do seu educando.

☐ Sim, autorizo o meu educando, -----.

☐ Não autorizo o meu educando, -----.

Agradeço desde já a atenção dispensada.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)

Nota: O Pagamento e autorização serão entregues à educadora responsável pelo seu educando.



Apêndice 16 – informação o que é necessário levar no passeio a Coimbra



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Informação

Vimos por este meio informar os Encarregados de Educação, que amanhã (Sexta-Feira, dia 30 de Julho) iremos realizar um **Passeio a Coimbra (Lar + Jardim-de-Infância + CATL)**.

- A saída é às 06h15, frente ao Lar;
- Colocar protector solar em casa;
- Não é necessário levar boné pois levamos os do Centro Infantil (todos iguais);
- Não é necessário enviar comida e/ou bebida;
- A chegada ao Sabugal está prevista para as 19h30;
- Estaremos em permanente contacto com a Instituição (independentemente do horário de secretária) com a qual podem contactar através do n.º de telefone: 271752424 ou 963715672

Agradeço desde já a atenção dispensada.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)

Nota: Solicitamos que efectue o pagamento antes da data do passeio. Obrigada



Apêndice 17 - Pedido de Cedência de Autocarro



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Ex. Senhor

Presidente da Câmara Municipal do Sabugal

Assunto: Pedido de Cedência de Autocarro

Sabugal, 30 de Julho de 2010

Eu, Paula Maria Afonso Gonçalves aluna do curso licenciatura de Animação Sociocultural do Instituto Politécnico da Guarda Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto a estagiar na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, venho mui respeitosamente solicitar a V^a. Ex.^a. que se digne autorizar a cedência de um autocarro da Câmara Municipal do Sabugal, no dia 6 de Agosto, para a realização de uma actividade destinada às crianças do CATL.

O mesmo destina-se a fazer o seguinte percurso:

- Sabugal/ Sortelha, saída 9:00h frente ao CATL
- Sortelha/Sabugal (CATL), saída 12:30h

Agradeço a atenção dispensada, ficando a aguardar uma resposta favorável o mais breve possível.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)



Apêndice 18 – informação visita Sortelha



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Informação

Vimos por este meio informar os Encarregados de Educação, que amanhã (Sexta-Feira, dia 6 de Agosto) iremos realizar, durante a manhã, uma actividade a Sortelha.

Saída às 9:00h em frente CATL, com chegada prevista às 12:30h.

Ao longo da manhã iremos realizar várias actividades, pelo que agradecemos que o seu educando traga:

- Roupa prática;
- Protector solar já colocado em casa;
- Boné;
- Sapatilhas.

Agradeço desde já a atenção dispensada.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)

Nota:

Se as condições climatéricas não permitirem a realização da actividade a Sortelha a mesma será alterada para outro dia, da próxima semana.



Apêndice 19

História da Rosa mulher do campo, D^a. Lulu mulher da cidade com Fantoques

PERSONAGENS: O apresentador - Abelha Maia

Mulher da Cidade – D. Lulu

Mulher do Campo – Rosa

Cão - Tobias

MÚSICAS: -Abelha Maia,

-O Balão

DIÁLOGO

Abelha: Olá meninos! Eu sou o Abelha Maia...zzzzzzz

Vocês querem ouvir uma história muuuuuuito bonita? (musica da abelha maia)

Era uma vez duas primas, D. Lulu a mulher da cidade

e a Rosa a mulher do campo.

As casas das cidades, tal como as das aldeias,

podem ser pequenas e confortáveis.

Ou grandes, velhas e feias.

D. Lulu: Olá meninos, vocês sabem quem eu sou?

Eu sou a D. Lulu a mulher da Cidade...

sou Inútil, vaidosa e cidadina,



vejo a minha prima da mesma idade como muito aldeã...

é uma camponesa, uma naba, uma parola de espantar.

Mas... acho que lhe vou dizer para a cidade visitar.

D. Lulu: Uma semana comigo só lhe vai fazer bem.

Vamos as compras, ao teatro e comer como ninguém.

Uso fax, internet, telemóvel ou outro meio?

Ou será que é melhor mandar um pombo-correio?

Já sei! Vou-lhe entregar pessoalmente o convite.

Aproveito para caminhar e abrir o apetite!

(vai saindo de cena de vagar e descendo)

Abelha: zzzzz Dois dias depois a D. Lulu chegou ao destino.

Vinha com fome e cansada...Quase perdera o tino!

Rosa: Olá meninos, eu sou a Rosa

e vivo no campo

e estou a espera da minha prima.

D. Lulu: ...Primaaaaaaa

(aparece do outro lado a prima Lulu, e a Rosa corre em direcção a ela)

D. Lulu: Prima beijinho...

(fazer som dos beijos)

Rosa: Anda prima, vamos comer algo.

D. Lulu: Obrigada, mas eu não quero comer,



venho para te levar comigo,
para conheceres uma cidade maravilhosa.

Rosa: Que amável!

Ser convidada
Para ir à cidade.
Estou encantada!

(sair de cena)

Abelha: No Céu, uma joaninha voava

E assistia à agitação.
A Rosa fazia as malas
Cheia de animação.

Rosa: Minha querida amiga D. Lulu,

Tem cuidado e atenção.
Vê lá onde pões os pés,
Porque há lugares de perdição!

Abelha: Atravessaram montes e nascentes.

E a D. Lulu conversava
De dietas e maquilhagem.
Mas a prima nada falava
E continuava a viagem.

Abelha: Já estavam quase a chegar

Quando desatou a chover. (som da chuva)



Ao correrem para se abrigar

Numa cabana se esconderam.

Abelha: Com as ovelhas da cabana (som das ovelhas, mé, mé)

Não iam ficar

Eram pouco simpáticas

E não as iam ajudar!

Abelha: Então viram uma porta

E lá conseguiram sair.

Tão molhadas e pisadas

Que nem pensavam conseguir

Rosa: Aí como sinto uma enorme amargura.

Nunca na vida passarei

Por tamanha aventura!

D. Lulu: Até que enfim chegamos a casa

Que bom, está muito quentinha e seca!

- Lar doce Lar! (repetir isso algumas vezes)

(toda gabarola)

Tobias: Olá beldade,

Então, fizeram boa viagem?

Trouxeste uma amiga,

Mas que boa ideia!

Os meus dentinhos

Vão ficar afiadinhos (rrrrrrrrrrrrrrrrrr)



D. Lulu: Foge prima Rosa

Que este cão é muito mau!

Ele vai-mos morder

(O cão morde a D. Lulu)

Rosa: Que medo! É mesmo mau

Tenho que fugir.

Tobias: Olá. Que vestido tão florido

Os meus dentinhos gostam de Flores auuuuuuuuuu

Rosa: Tu és mau, meu Deus,

Estou por certo perdida.

Mais vale dizer adeus

O este meu vestido tão florido.

(entra em cena a abelha)

Rosa: Nem posso acreditar

A minha amiga abelha Maia

Vai me salvar

(a abelha pica o cão e este foge)

Rosa: Que contente estou

Como é bom ter amigos!

Muito obrigada abelha pela tua valentia.

Rosa: Dizem que faz bem viajar,

Que alarga os horizontes.

Contudo, podem acreditar,



Jamais passarei daqueles montes.

Rosa: É muito bom passear

E por outros mundos viajar.

Mas há que estar atento

Porque o cão Tobias pode aparecer.

(saem todos de cena)

Mas no final vão todas as personagens ao palco.



Apêndice 20 – informação o que é necessário levar para ir piscinas municipais



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Informação

Vimos por este meio informar os Encarregados de Educação, que amanhã (Quinta-Feira, dia 12 de Agosto) iremos realizar, durante a manhã, uma actividade nas piscinas municipais.

Assim, solicitamos a V. Ex.^a que providencie para que o seu educando seja portador de roupa prática e uma mochila com o seguinte material:

- Toalha;
 - Fato de banho;
 - Touca;
 - Chinel
- Agradeço desde já a atenção dispensada em outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)



Apêndice 21 - pedido de cedência de autocarro



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Ex. Senhor

Presidente da Câmara Municipal do Sabugal

Assunto: Pedido de Cedência de Autocarro

Sabugal, 13de Agosto de 2010

Eu, Paula Maria Afonso Gonçalves aluna do curso licenciatura de Animação Sociocultural do Instituto Politécnico da Guarda Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto a estagiar na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, venho mui respeitosamente solicitar a V^a. Ex.^a. que se digne autorizar a cedência de um autocarro da Câmara Municipal do Sabugal, no dia 20 de Agosto, para a realização de uma actividade destinada às crianças do Jardim Infantil e CATL.

O mesmo destina-se a fazer o seguinte percurso:

- Sabugal/ Fóios, saída 9:00h frente ao Jardim Infantil
- Fóios/Sabugal (Centro cívico), saída 16:30h

Agradeço a atenção dispensada, ficando a aguardar uma resposta favorável o mais breve possível.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)



Apêndice 22 – informação o que é necessário levar para passeio nascente do rio côa



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Informação

Vimos por este meio informar os Encarregados de Educação, que amanhã (Sexta-Feira, dia 20 de Agosto) iremos realizar, durante todo o dia, uma actividade até Nascente do rio Côa (Foiós), a deslocação até lá será feita através do autocarro da câmara com chegada prevista às 17h.

Ao longo do dia iremos realizar diversas actividades como uma caminhada até nascente do rio, pelo que agradecemos que o seu educando traga:

- Roupa prática;
- Sapatilhas;
- Boné;
- Protector solar já colocado em casa.

Agradeço desde já a atenção dispensada.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)

Nota:

Se as condições climatéricas não permitirem a realização da actividade na Nascente do Rio Côa a mesma será alterada para outro dia, da próxima semana.



Apêndice 23 – informação para trazer bicicletas



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Informação

Vimos por este meio informar os Encarregados de Educação, que amanhã (Sexta-Feira, dia 3 de Setembro) iremos realizar, durante todo o dia, uma actividade no recinto do Jardim de Infância. Neste sentido, solicita-se a V. Ex.^ª que autorize o seu educando a trazer a sua bicicleta ou triciclo, a fim de participar na referida actividade.

Agradeço desde já a atenção dispensada.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)

Nota: Se as condições climatéricas não permitirem a realização da actividade a mesma será alterada para outro dia, da próxima semana



Apêndice 24 - Pedido de Cedência de Espaço (Castelo Municipal do Sabugal)



Santa Casa da Misericórdia de Sabugal

Ex. Senhor

Assunto: Pedido de Cedência de Espaço (Castelo Municipal do Sabugal)

Eu, Paula Maria Afonso Gonçalves, aluna do curso licenciatura de Animação Sociocultural do Instituto Politécnico da Guarda Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto a estagiar na Santa Casa da Misericórdia do Sabugal, venho mui respeitosamente solicitar a V^ª. Ex.^ª. o espaço, mais precisamente o interior do Castelo, para a realização de um evento destinado às crianças do CATL.

Se possível, pretendo realizar o evento no dia 10 de Setembro, das 9h30 até às 12h30.

Agradeço desde já a atenção dispensada, ficando a aguardar uma resposta favorável o mais breve possível.

Sem outro assunto de momento, com os melhores cumprimentos.

Estagiária:

(Paula Maria Afonso Gonçalves)

Apêndice 25 – peddy-paper

PEDDY PAPER

10 de Setembro de 2010



Prémio: Surpresa

CATL - Santa Casa da Misericórdia



1. Quem mandou identificar o castelo?

_____.

2. Por quem foi construído o castelo?

_____.

3. Que nome tem este castelo?

_____.

4. Como se chama a torre mais alta do castelo?

_____.

5. Quantas portas têm o castelo?

_____.

6. Quantas varandas tem o castelo?

_____.

7. O que significam os buracos que estão no chão das varandas?

_____.

8. Jogo do Saco.

9. Sobe e conta quantas são as escadas mais próximas da torre do castelo?

_____.

10. Como se chama o símbolo que se encontra por cima da porta da torre?

_____.

11. O que fizeram agora novo no castelo?

_____.



12. Jogo do Arco.

13. Como se chama o símbolo que está no largo do castelo?

_____.

Caça ao tesouro...

Ao terminares as etapas, o castelo subirás e o rei serás.

Apêndice 26 – CD com fotografias das actividades do estágio

Apêndice 27 – Algumas fotografias das actividades



Fonte: Própria



Apêndice 28 – actividades descritas

Actividades descritas

Actividade:	Apresentação ritmada
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Nenhum.
Elementos:	Em grupo.
Duração:	30 Minutos.
Descrição:	Os elementos dispõem-se em círculo, sentados com as pernas à chinesa e começam por marcar o ritmo - bater 2 vezes nas pernas, 2 vezes as palmas, estalinhos - mantendo o ritmo enquanto dizem o seu nome, qualidades e defeitos, o nome da pessoa que está à sua direita, e o seguinte fará o mesmo, sempre assim até se apresentarem todos.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade de coordenação, inter-pessoal, social.
Bibliografia:	Wiertsema, Huberta (2006). <i>100 Jogos de Movimento</i> Porto: ASA editora

Actividade:	Convite para a festa final de ano
Espaço:	Interior.
Material:	Papel crepe de várias cores, cola, tesoura, bolas pingue-pongue, copos de iogurtes pequenos, rafia de várias cores, pau de espetada, papel várias cores, pincel.
Elementos:	Individual
Duração:	2 Dias.
Descrição:	Fazem-se bolinhas de papel crepe verde e colam-se na bola de pingue-pongue até ficar completamente preenchida. Quando a bola de pingue-pongue estiver pronta cola-se no copo de iogurte, de seguida coloca-se o papel crepe, de uma cor à escolha, em volta do copo com cola, com ajuda de um pincel e atamos com rafia de cor. De seguida, escreve-se o texto do convite na folha de cor, corta-se e cola-se numa das partes do pau de espetada. 1



	pau de espetada serve para duas pessoas, dividido ao meio.
Objectivos:	Utilizar material reciclado, destreza manual, ter uma utilidade.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Coreografia
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Leitor de cd's, música Waka Waka.
Elementos:	Grupo /Individual.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Em primeiro, vêm alguns meninos dar toques nas bolas de futebol, de seguida meninos com pompons falam de cada país que participa, então depois começam todos a dançar. Todas as crianças estão distantes umas das outras, todas de pé, saltam todos ao mesmo tempo com o braço direito no ar, depois o braço esquerdo e unem as mãos no cimo. Vêm com os braços e mãos descendo devagar até a meio, abrem os braços e descem para baixo, ficam de pernas flectidas, vão abanando as mãos e subindo devagar fazendo um arco com as mãos, param, vem então meninos fazer rodas e uma menina fazer espargata e termina.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade motora, coordenação, concentração, cooperação.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Cenário
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Papel de cenário, retroprojector, lápis de carvão, borracha, tintas, pincéis.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	3 Dias.
Descrição:	Utilizou-se retroprojector, para se poder desenhar o globo e as crianças. Pintou-se com tintas.



Objectivos:	Decorar o palco, da festa de final de ano.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Laços
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Papel crepe em várias cores, tesoura.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	2 Dias.
Descrição:	Uma folha A4 de papel crepe, mais ao menos ao centro da folha enrugua-se e ata-se com uma tira de papel crepe de outra cor, para formar um laço.
Objectivos:	Decoração do palco.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Pintura com as mãos
Espaço:	Interior /Exterior.
Material:	Folhas de papel, pincel, tintas de cores.
Elementos:	Individual ou em grupo.
Duração:	1:00H.
Descrição:	Coloca-se a tinta de cada cor num recipiente e dá-se um pincel a cada um. Espalha-se a tinta com o pincel na mão da criança e de seguida coloca a mão bem aberta em cima da folha de papel e fica a carimbagem da mão. Colocam-se as mãos nas posições que queremos para fazer o efeito que desejarmos. Este procedimento repete-se com todas as crianças. No final deixa-se secar.
Objectivos:	Desenvolver a motricidade fina, sentir texturas.
Bibliografia:	Watt, Fiona (2007). <i>365 Coisas para fazer e criar</i> Lisboa: Edicare Actividades



Actividade:	História
Espaço:	Interior /Exterior.
Material:	Fantoches em forma de cão.
Elementos:	Individual / grupo.
Duração:	30 Minutos.
Descrição:	Contar a história do cão Tobias com fantoches.
Objectivos:	Desenvolver capacidade criativa e imaginativa, linguagem, afectividade.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Basquetebol infantil
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Bolas pequenas, cesto.
Elementos:	Individual/ grupo.
Duração:	30 Minutos.
Descrição:	Colocar o cesto ou outro recipiente apoiado contra a parede. Coloca-se a criança a cerca de 30 cm do cesto e dá-se-lhe uma bola. Encoraja-se a lançar a bola para dentro do cesto. Podemos afastar ou aproximar o cesto conforme a dificuldade da criança.
Objectivos:	Desenvolver a motricidade fina e a coordenação óculo-manual.
Bibliografia:	Warner, Penny (2006). <i>Aprender a brincar, 160 jogos e actividades pedagógicas para crianças até 3anos</i> . Sintra: saber viver

Actividade:	Bebé Bailarino
Espaço:	Interior /Exterior.
Material:	Leitor de cds, música, sala ampla.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	30 Minutos.
Descrição:	Seleccionam-se algumas músicas de dança, músicas infantis, clássicas, rock and roll. Levam-se as crianças para o meio da sala e liga-se a música, deixam-se dançar da forma que eles quiserem



	<p>ao ritmo da música.</p> <p>Ao mudarmos o tipo de música observamos como é que eles alteram a forma de dançar para se adaptarem ao novo ritmo.</p> <p>Bater palmas, bater com pé ao ritmo da música, fazer uma roda e cantar.</p>
Objectivos:	Desenvolver a coordenação e equilíbrio, capacidade auditiva, locomoção e interacção social.
Bibliografia:	Warner, Penny (2006). <i>Aprender a brincar, 160 jogos e actividades pedagógicas para crianças até 3anos</i> . Sintra: saber viver

Actividade:	Tarde no Rio Côa
Espaço:	Exterior.
Material:	Coletes salva-vidas, canoas, bolas, sacos, jogos tradicionais.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Tarde.
Descrição:	Lanche junto ao rio, canoagem, diversos jogos.
Objectivos:	Quebrar rotina, convívio inter-geracional, gosto pela natureza.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Elaboração de flores com papel EVA
Espaço:	Interior.
Material:	Folha de papel EVA de várias cores, cola, tesoura, paus de espetada, moldes, lápis carvão, agraphador.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1:30H.
Descrição:	Distribuem-se os moldes da flor e folhas, folhas EVA, lápis e tesoura. De seguida fazem-se os moldes das flores e folhas, recortam-se e colam-se no pau de espetada.
Objectivos:	Desenvolver motricidade fina, destreza manual.
Bibliografia:	Cauquetoux, Denis et al. (2007). <i>O livro do papel, actividades, brincadeiras, criação</i> Maia: edições Nova Gaia



Actividade:	Pintura com esponja na tulipa
Espaço:	Interior.
Material:	Pau de espetada, tesoura, cola, molas, esponja, tintas de várias cores e cartolina.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1:30 H.
Descrição:	Com um molde fazem-se recortes na cartolina de modo a construir uma flor (Tulipa). Depois de esta estar pronta prepara-se a tinta e com o auxílio de uma esponja e mola da roupa procede-se à sua pintura. No final das pinturas, colam-se as pétalas e folhas no pau de espetada que serve de caule à flor.
Objectivos:	Desenvolver motricidade fina.
Bibliografia:	Cauquetoux, Denis et al. (2007). <i>O livro do papel, actividades, brincadeiras, criação</i> Maia: edições Nova Gaia

Actividade:	Visita ao museu da exposição de instrumentos musicais chineses
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Nenhum.
Elementos:	Individual/Grupo.
Duração:	Uma manhã.
Descrição:	Ida a pé até ao museu.
Objectivos:	Desenvolver a curiosidade e adquirir conhecimento de outras culturas.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Elaboração de bolinhos de canela
Espaço:	Interior.
Material:	Tigela, colher de pau, 2 tacinhas, tabuleiro de forno, papel vegetal culinário, forminhas, 125 g de manteiga, 300g de farinha, 100gde açúcar, 1 ovo, canela q.b.
Elementos:	Individual / Grupo.



Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Numa tigela mistura-se o açúcar, a manteiga, o ovo e a farinha com a colher de pau. Confirma-se ovo está bom, partindo-o para uma tacinha e só depois se junta os restantes ingredientes. Amassam-se bem os ingredientes, com as mãos, até obter uma massa homogénea. Coloca-se um pouco de farinha na mão e moldam-se pequenas bolas. Coloca-se canela numa tacinha e enrolam-se as bolinhas até ficarem totalmente cobertas, põem-se nas formas e vão ao forno durante 25 minutos.
Objectivos:	Desenvolver o gosto pela culinária.
Bibliografia:	Revista manual para pais e educadores 4 kids, nº38

Actividade:	Dia dos avós
Espaço:	Interior / Exterior
Material:	Flores, bolinhos.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	2 Horas.
Descrição:	Entregar as flores e bolinhos feitos pelas crianças aos idosos.
Objectivos:	Inter-geracionalidade entre as várias idades, convívio, socialização.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Teatro “ o retrato”
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Vestuário, decoração do palco, acessórios.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1 Hora.
Descrição:	Representação da peça teatral “O Retrato”.
Objectivos:	Recriar os tempos de antigamente, convívio e quebrar a rotina.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Adivinha quem sou?
--------------------	--------------------



Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Venda para os olhos.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	De olhos vendados, a criança vai tocando noutra, e através do tacto tem de saber quem é.
Objectivos:	Desenvolver a percepção táctil.
Bibliografia:	Wiertsema, Huberta (2006). <i>100 Jogos de Movimento</i> Porto: ASA editora

Actividade:	“Olá”
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Venda para os olhos.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Nesta actividade sentam-se todos em roda. Um voluntário dirige-se ao meio da roda e de olhos vendados vai girando, quando pára aponta o dedo para um elemento do grupo, esse elemento tem de dizer “olá”, o voluntário através do som tem de adivinhar quem é.
Objectivos:	Desenvolver percepção auditiva.
Bibliografia:	Wiertsema, Huberta (2006). <i>100 Jogos de Movimento</i> Porto: ASA editora

Actividade:	Canções com gestos
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Leitor de cds, músicas.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Cantar em conjunto com as crianças, gesticular ao longo da canção.
Objectivos:	Desenvolver a comunicação e linguagem, gosto pela música.



Bibliografia:	Felgueiras, Bernardina (2008). <i>O livro das brincadeiras</i> Lisboa: Arte Plural
----------------------	--

Actividade:	Passeio a Coimbra
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Autocarro.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Todo o dia.
Descrição:	Visita ao Centro de Ciências Vivas, Portugal dos Pequeninos, andar no barco Bazófiás.
Objectivos:	Socialização, convívio inter-geracional.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Marcadores de livros
Espaço:	Interior.
Material:	Pacotes de leite, cartolina preta e laranja, tesoura, lápis, borracha, caneta, cola, moldes da cegonha, patas, bico, asas, furador.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1 Hora.
Descrição:	Lavam-se os pacotes de leite, deixam-se secar e abrem-se por um dos lados. Desenha-se no pacote do leite, do lado prateado, o molde da cegonha e recorta-se. Na cartolina cor-de-laranja desenhavam-se as patas e o bico e recortam-se. Na cartolina preta desenhavam-se as asas e os olhos (estes são feitos com furador). Colam-se no local correcto.
Objectivos:	Promover a importância da reciclagem; estimular a criatividade, e a imaginação; desenvolver a motricidade fina.
Bibliografia:	Pedrosa, Maria Amélia (2007). <i>Art attack brinca e cria muitas actividades manuais para te divertires</i> . Rio de Mouro: Everest

Actividade:	Imitar o chefe
Espaço:	Interior / Exterior.



Material:	Nenhum.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Indefinida.
Descrição:	Forma-se uma roda, escolhe-se uma criança. Este é o chefe e propõe uma maneira de andar: aos saltos, de gatas, a marchar, etc. Toda a roda o imita, reproduzindo o movimento proposto e a um sinal do animador, previamente estabelecido (por exemplo um assobio), uma nova criança da roda passa a ser o chefe, propondo uma nova maneira de andar. Só termina quando todos tiverem passado pelo papel de chefe.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade motora, socialização.
Bibliografia:	Beja, Francisco, topa, José Manuel, Madureira, Cristina (s/d). <i>Drama, pois! Jogos e Projectos de Expressão Dramática</i> . Porto: Porto Editora

Actividade:	Imitar o animal
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Nenhum.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Indefinida.
Descrição:	Mostrar às crianças imagens de animais e incentivá-las a tentar andar como os animais que estão a ver. Vão-se descrevendo os movimentos de cada um e demonstra-se se for necessário. Exemplo: bambolear como os patos, andar de lado como caranguejos, saltar como cangurus, deslizar como as cobras, etc. Poderão imitar um animal sem dizer qual é para que as outras crianças adivinhem.
Objectivos:	Desenvolver capacidade motora, observação, movimento.
Bibliografia:	Felgueiras, Bernardina (2008). <i>O livro das brincadeiras</i> Lisboa: Arte Plural

Actividade:	Instrumentos musicais.
--------------------	------------------------



Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Copos de gelado, areia, cola, pincéis, cascas de noz, cartão, lápis de cor, papel de lustro às cores, tesoura, régua, lápis de carvão, borracha, x-acto.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1 Hora.
Descrição:	Na elaboração de maracas usam-se dois copos de gelado. Coloca-se areia dentro de um copo, depois cola-se outro copo, decora-se a gosto de cada um com papel de lustro. Para elaboração das castanholas fazem-se tiras de cartão com dez centímetros de comprimento e quatro centímetros de largura. Com as tiras feitas pintam-se a gosto de cada um, de seguida cola-se nas quatro pontas as cascas das nozes. Dobra-se ao meio para que batam umas nas outras.
Objectivos:	Desenvolver criatividade, imaginação, importância da reciclagem.
Bibliografia:	http://aprenderabrincarfeliz.blogspot.com/2007/10/o-gato-e-rato.html , 23:00, 31/ 07/10

Actividade:	Visita a Sortelha
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Autocarro, saco de jogos tradicionais, cartão de identificação, bonés.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Uma Manhã.
Descrição:	Conhecer a aldeia, apreciar o que nela existe, desenvolver algumas actividades no próprio local.
Objectivos:	Desenvolver curiosidade, valorização da tradição, cultura.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Barquinho de rolha de cortiça
--------------------	-------------------------------



Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Rolhas de cortiça, palitos, cola, tesoura, x-acto, tintas, pincéis, recipiente para tinta, lápis, borracha, papel de lustro vermelho, molde da vela.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	1Hora.
Descrição:	Utilizam-se rolhas de cortiças, usadas ou novas. Cortam-se às rolhas longitudinalmente. Com o x-acto recorta-se uma das extremidades da rolha, em forma pontiaguda. Pinta-se o casco do barco com uma cor viva. Deixa-se secar bem. Para fazer o mastro do barco deve-se espetar um palito na rolha. Para fazer as velas recortam-se triângulos em papel de lustro vermelho. Colam-se ao longo do palito. Pressiona-se a zona de colagem durante alguns minutos.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade motora, criar o seu próprio brinquedo.
Bibliografia:	Auzeméry, Nathalie (2006). O livro dos 6-10 anos, actividades brincadeiras criação Maia: Edições Nova Gaia

Actividade:	Teatro de fantoches
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Biombo, tecido, fantoches, decoração do cenário com desenhos feitos em folhas de EVA, balões.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1Hora.
Descrição:	Contar a história com fantoches, a diferença do campo e da cidade.
Objectivos:	Dar a conhecer as diferenças entre a cidade e o campo. Gosto pela leitura, desenvolvimento linguístico, imaginação, criatividade, interacção social.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Encaixe
--------------------	---------



Espaço:	Interior.
Material:	Tabuleiros com peças para encaixe.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Têm que colocar as peças no tabuleiro na forma correcta.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade de raciocínio e motora.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Brincadeiras na piscina das bolas
Espaço:	Interior.
Material:	Piscina e bolas.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Todas as crianças brincam com as bolas na piscina, atirando-as para fora ou para dentro, apanhar bolas, apanhar bolas por cores, uma ou mais de cada vez.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade motora, autoconfiança.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Piscinas Municipais
Espaço:	Interior.
Material:	Toca, fato banho, chinelos, toalha, bóias.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1 Hora.
Descrição:	Nadar, brincar na água, andar nas bóias.
Objectivos:	Desenvolver auto-estima, confiança, capacidade motora.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Passeio até ao parque
Espaço:	Exterior.



Material:	Nenhum.
Elementos:	Individual/ Exterior.
Duração:	Uma manhã.
Descrição:	Ida a pé desde o centro infantil Riba-Côa até ao parque. Brincadeiras livres.
Objectivos:	Quebrar a rotina, gosto pela natureza, interacção social,
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Moldagem de plasticina
Espaço:	Interior.
Material:	Plasticina.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Moldar a plasticina da forma que quiserem.
Objectivos:	Desenvolver motricidade fina, grossa.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	História contada através da moldagem de plasticina
Espaço:	Interior.
Material:	Plasticina.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Contar a história criada através da moldagem da plasticina.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade de criatividade, imaginação e expressão linguística.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Dança do jornal
Espaço:	Interior.
Material:	Jornal, música (sul-americana, por exemplo).



Elementos:	Individual /Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Distribuem-se as folhas de jornal pelas crianças, dobram-nas ao meio, espalham-se pela sala e sentam-se nas folhas. Quando a música começa, todos dançam pela sala, sem tocar nas folhas. Quando a música pára, têm de se sentar o mais rápido possível numa delas (não necessariamente na mesma em que estavam sentados no início do jogo). O número de folhas deve ser sempre inferior (uma a menos) ao número de jogadores.
Objectivos:	Desenvolver a coordenação e equilíbrio; estimular a expressão corporal, a concentração, a reacção rápida; promover as relações com o outro e com meio ambiente, intergeracionalidade.
Bibliografia:	Wierstsema, Huberta (1991). <i>100 Jogos de movimento</i> Porto: ASA editora

Actividade:	Dança com arco
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Arcos, leitor de cds, músicas.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Distribuem-se os arcos pelo chão da sala. Formam grupo de 2 elementos, têm de dançar juntos e quando parar a música têm que entrar os dois para dentro do arco. Sempre um arco a menos que o número de elementos a jogar. Quando um grupo fica de fora tira-se um arco. Também se pode fazer individualmente, seguindo o mesmo procedimento.
Objectivos:	Desenvolver a concentração, socialização, cooperação, intergeracionalidade.
Bibliografia:	Silva, Nelly (2009). <i>O meu livro de jogos</i> . Porto: Porto Editora

Actividade:	Passeio à nascente do rio Côa
--------------------	-------------------------------



Espaço:	Exterior.
Material:	Carrinha da Instituição, bonés, sapatilhas, saco com jogos tradicionais.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Uma manhã.
Descrição:	Ida até ao centro cívico dos Fóios, caminhada até à nascente do rio Côa. Almoço no parque de merendas dos Fóios.
Objectivos:	Contacto com a natureza, convívio, inter-geracional.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Mãos de gesso
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Ligaduras de gesso, vaselina, água, lixa, molde mãos humanas, pincéis, tintas.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1 Dia.
Descrição:	Coloca-se bastante vaselina nas mãos, de seguida molham-se as tiras de gesso e vão se colocando nas mãos, até ficar tudo uniforme, e tapado. Deixa-se secar, lixa-se e pinta-se a gosto.
Objectivos:	Sentir textura, desenvolver motricidade fina.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Conto de histórias
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Livro com história.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Contar a história.
Objectivos:	Desenvolver a linguagem, imaginação e emoções.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Piscinas
--------------------	----------



Espaço:	Exterior.
Material:	Fato de banho, chinelos, toalha, protector solar.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	1Hora.
Descrição:	Brincar na água.
Objectivos:	Desenvolver capacidade motora, afectividade.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Pompom de pintainho
Espaço:	Interior.
Material:	Lã, cartão, compasso, régua, tesoura, x-acto, feltro, moldes do bico e asas, cola, felpo, olhos.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	2 Dias.
Descrição:	Com o compasso, desenham-se, no cartão, dois círculos de 2cm e outros dois exteriores de 4cm, estes serão a cabeça. Para o corpo desenham-se dois círculos de 2cm e outros dois exteriores de 5cm. Recortam-se os círculos com um x-acto de forma a obter dois anéis para a cabeça e dois para o corpo. Preparam-se os novelos de lã, da cor que queremos usar, de acordo com o tamanho do círculo interior. Sobreponos os 2 anéis. Passa-se a lã à volta do aro do anel do cartão, apertando com força de forma a preencher todo aro com a quantidade de lã desejada. Enfia-se a tesoura entre os 2 anéis e corta-se a lã a toda volta. Enrola-se um fio de lã entre os anéis, aperta-se e ata-se. Retiram-se os anéis e alinham-se os fios, cortando, se necessário. Faz-se o pompom da cabeça seguindo o mesmo processo e prendem-se um ao outro. Recortam e colam-se as asas e o bico em felpo.
Objectivos:	Criar o seu próprio brinquedo; estimular a imaginação e a criatividade; desenvolver a motricidade fina.
Bibliografia:	Auzeméry, Nathalie (2006). <i>O livro dos 6-10 anos, actividades brincadeiras criação</i> Maia: Edições Nova Gaia



Actividade:	Jogos tradicionais
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Malha, penicos, cordas, sacos, elástico, cântaro
Elementos:	Individual /Grupo.
Duração:	Uma tarde.
Descrição:	
Objectivos:	Comunicar, convívio, divertir-se, afirmar-se
Bibliografia:	Lopes, Marcelino, Pereira, José Dantas Lima (2009). <i>Animação Sociocultural na terceira idade</i> Chaves: intervenção a promoção e divulgação cultural.

Actividade:	Sensibilização sobre sol
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	PowerPoint.
Elementos:	Individual /Grupo.
Duração:	1 Hora.
Descrição:	Falar dos cuidados que se deve ter com sol, o que nos orienta para as estações do ano, hora, feito através dos pais do Guilherme que está na instituição.
Objectivos:	Dar conhecer a importância do sol e também pode prejudicar o ser humano, intergeracionalidade entre escola e pais.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Baile, apanhar o balão
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Balões, leitor de cds, música popular.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Uma tarde.
Descrição:	Colocar música popular a tocar, fazer com eles comecem a dançar, trocando de par, sempre ao ritmo deles. Enquanto iam dançando tinham que tentar apanhar o balão que ia passando no ar.



Objectivos:	Intergeracionalidade,, motivar, relaxar.
Bibliografia:	Geis, Pilar Pont (2003). <i>Actividade física e saúde na terceira idade</i> São Paulo: Artmed

Actividade:	Macaquinhos de imitação
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Nenhum.
Elementos:	Grupo.
Duração:	Não tem.
Descrição:	Uma criança é nomeada líder da actividade. O líder deve realizar movimentos variados, saltando, correndo, batendo palmas, acenando, fazendo caretas, andar gatas, etc. Todos os outros, os “macaquinhos de imitação”, devem imitar os movimentos do líder.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade motora, imaginação e criatividade, socialização.
Bibliografia:	Brígida, Rita (2009). <i>Livro de actividades jogos de interior e exterior 3/6 anos</i> Lisboa: Texto Editores.

Actividade:	Corpo humano
Espaço:	Interior/ exterior
Material:	Nenhum.
Elementos:	Grupo.
Duração:	Não tem.
Descrição:	Uma criança de pé diante do grupo aponta para uma parte do seu corpo. As outras crianças têm de dizer o nome que é dado a essa parte do corpo humano: nariz, cotovelo, boca, braço, etc. Aquele que responder correctamente tem de apontar, por sua vez, outra parte do corpo para os colegas responderem, e assim sucessivamente. Pára de jogar quem repetir partes do corpo já referidas anteriormente por um colega. O jogo termina quando restar apenas um jogador.



Objectivos:	Desenvolver a capacidade observação, memorização, concentração. Exploração do corpo humano.
Bibliografia:	Brígida, Rita (2009). <i>Livro de actividades jogos de interior e exterior 3/6 anos</i> Lisboa: Texto Editores

Actividade:	Adivinha que som é?
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Todo material existente no local onde se realizar a actividade, vendas para os olhos.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	Indefinida.
Descrição:	Coloca-se as vendas a todos os participantes. Escolhe-se um objecto faz-se um som com ele, participantes tem de dizer a quem pertence o som que ouviram. Exemplo: o som produzido de uma caneta quando lançada ao chão. Os participantes têm descobrir o que era.
Objectivos:	Desenvolver a percepção auditiva.
Bibliografia:	Soler, Reinaldo (2008). <i>Brincando e aprendendo com os jogos cooperativos</i> Rio de Janeiro: Sprint

Actividade:	Jogo dos grupos
Espaço:	Interior
Material:	Leitor de cds, música
Elementos:	Grupo.
Duração:	Indefinida.
Descrição:	O jogo inicia-se com as crianças a dançarem ou a moverem-se livremente ao som de uma música. Num dado momento a criança nomeada líder do jogo interrompe a música para anunciar um número em voz alta. Nesse momento as crianças devem formar grupos com o número ordenado pelo líder. As crianças que restarem após a formação dos grupos são eliminadas. Serão elas a escolher o número da jogada seguinte.



Objectivos:	Desenvolver a capacidade audição, concentração, motora, autonomia.
Bibliografia:	Brígida, Rita (2009). <i>Livro de actividades jogos de interior e exterior 3/6 anos</i> Lisboa: Texto Editores

Actividade:	Trazer bicicletas de casa
Espaço:	Exterior.
Material:	Bicicletas, triciclos.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Uma manhã.
Descrição:	Todos andavam na sua bicicleta ou triciclo, troca entre eles.
Objectivos:	Intergeracionalidade, afectividade.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Prato decorativo
Espaço:	Interior.
Material:	Folhas de jornal, prato de plástico, cola, pincel, tesoura, massa china-cley, tintas, betume judaico, goldfinder.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	2 Dias.
Descrição:	Colam-se folhas de jornal no prato de plástico, uma boa camada. Deixa-se secar, coloca-se a massa china-cley faz-se a forma de uma fruta e deixa-se secar. Depois limpamos e colocamos o betume judaico e por fim o goldfinder para realçar os dourados.
Objectivos:	Desenvolver a motricidade fina, criatividade.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Digitinta
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	250 g Farinha, tintas, água, tigelas, detergente da loiça, uma colher, papel, bibe.
Elementos:	Individual/ Grupo.



Duração:	2h30.
Descrição:	Numa tigela junta-se 250g de farinha, a água e o detergente da loiça. Mistura-se tudo e depois deitam-se umas gotas de tinta. Faz-se uma tigela para cada cor.
Objectivos:	Desenvolver a motricidade fina da criança ou até mesmo dos idosos...
Bibliografia:	Sousa, Alberto (2003). Educação pela arte e artes na educação 3º volume Lisboa: Instituto Piaget

Actividade:	Rabiscos
Espaço:	Interior.
Material:	Papel, lápis de cor.
Elementos:	Individual/Grupo.
Duração:	15Minutos
Descrição:	Distribuem-se folhas de papel por cada criança. Escolhem o lápis de cor que quiserem. Podem trocar de lápis quando quiserem.
Objectivos:	Desenvolver a motricidade fina.
Bibliografia:	Watt, Fiona (2007). <i>365 Coisas para fazer e criar</i> Lisboa: Edicare Actividades

Actividade:	Sensibilização sobre alimentação
Espaço:	Interior.
Material:	Variedade de fruta, taça, açúcar, água, facas, tocas, aventais.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Indefinida.
Descrição:	Falar sobre roda dos alimentos, elaboração de uma salada de fruta.
Objectivos:	Dar conhecer a roda dos alimentos, o que se deve comer em maior quantidade e em menor quantidade.
Bibliografia:	Nenhuma.



Actividade:	Jogo do “Dinis diz...”
Espaço:	Interior/ exterior
Material:	Nenhum.
Elementos:	Grupo.
Duração:	Não tem.
Descrição:	Uma criança é nomeada líder do jogo. Em voz alta dá ordens, como por exemplo: “o Dinis diz... levantem um braço!”, “o Dinis diz ...toquem no nariz!”, “O Dinis diz... todos a saltar!”, todas as crianças devem obedecer às ordens dadas, desde que sejam precedidas pela frase “O Dinis diz...”. Sempre que tal não acontecer, devem ignorar a ordem, pois caso contrário é eliminado do jogo. Perdem também se desobedecerem a uma ordem dada com “O Dinis diz...”. O vencedor substitui o líder a dirigir o jogo. As ordens podem ser dadas em ritmo acelerado, para aumentar a atenção e o divertimento; sugere-se que o jogo seja disputado de pé, e as crianças eliminadas vão-se sentando e formam um círculo; pode ser utilizado o nome do líder em vez de Dinis.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade motora, audição, observação, memorização, concentração. Exploração acerca do corpo humano, autonomia.
Bibliografia:	Brígida, Rita (2009). <i>Livro de actividades jogos de interior e exterior 3/6 anos</i> Lisboa: Texto Editores

Actividade:	Gincanas
Espaço:	Interior/ exterior
Material:	Venda para olhos, colher, bolas de ping-pong, copo de plástico, água.
Elementos:	Grupo.
Duração:	Não tem.
Descrição:	O grau de dificuldade das gincanas deve ser adaptado ao nível etário e de desenvolvimento do grupo de crianças. As gincanas



	podem ser organizadas como uma competição entre dois grupos, ou apenas como um percurso a cumprir por cada um dos participantes. Devem ser criados percursos com linhas de partida e de chegada bem definidas. Ideias para vários tipos de corridas. Realizar um percurso em que têm de ser contornados ou vencidos alguns obstáculos: levam na mão um copo com água; vão ao pé-coxinho, de gatas, costas com costas com um amigo; de mãos dadas com outro colega (ou vários); de olhos vendados, recebem orientações do colega de equipa.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade motora, audição, observação, concentração. Exploração acerca do corpo humano, autonomia, cooperação, competitividade.
Bibliografia:	Brígida, Rita (2009). <i>Livro de actividades jogos de interior e exterior 3/6 anos</i> Lisboa: Texto Editores

Actividade:	Estátuas
Espaço:	Interior /exterior
Material:	Um leitor de cds.
Elementos:	Grupo.
Duração:	Não têm.
Descrição:	Escolhe-se um líder, coloca-se a música a tocar e todos têm que dançar animadamente. Escolhe-se um momento e pára-se a música, os dançarinos também têm que parar e aquele que não ficar “imobilizado” como uma estátua quando a música deixar de tocar, terá de abandonar o baile. Pára-se a música quantas vezes forem necessárias até ficar um só dançarino. O vencedor passa a controlar a música, iniciando assim uma nova ronda de baile animado.
Objectivos:	Desenvolver capacidade auditiva, motora, concentração.
Bibliografia:	Silva, Nelly (2009). <i>O meu livro de jogos</i> . Porto: Porto Editora

Actividade:	Peddy-paper
--------------------	-------------



Espaço:	Interior/Exterior.
Material:	Bonés, sapatilhas, saco jogos tradicionais, papel, caneta, água, caneta.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	Uma manhã.
Descrição:	Responder ao questionário, fazer as actividades propostas.
Objectivos:	Desenvolver o conhecimento, curiosidade, interesse de conhecer a sua tradição, cultura.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Elaboração desenhos
Espaço:	Interior.
Material:	Papel, lápis de cor, cera.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Desenhar um desenho que quiser, pintar seu gosto.
Objectivos:	Desenvolver capacidade de coordenação visual-neuromotora.
Bibliografia:	Sousa, Alberto B. (2003). <i>Educação pela arte e artes na educação música e artes plásticas</i> Lisboa: Instituto Piaget

Actividade:	Camionista
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	2 Bancos suecos.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Colocam-se dois bancos suecos frente a frente. Divide-se o grupo de criança em dois, um grupo senta-se num banco outro grupo no outro banco. É escolhida uma criança que será o camionista. O camionista quando disser “estação” os restantes elementos têm de mudar de lugar no mesmo banco; quando este disser “mudar de direcção” as restantes crianças têm de mudar de banco. Entretanto na mudança o camionista tenta ganhar um lugar num



	dos bancos. Quem não conseguir lugar será o próximo camionista e assim sucessivamente.
Objectivos:	Desenvolver percepção auditiva, concentração, agilidade, emocional.
Bibliografia:	Allué, M. Josep (2003). <i>O Grande Livro dos Jogos</i> Lisboa: Âncora Editora

Actividade:	Mata - moscas
Espaço:	Interior/Exterior.
Material:	Mata-moscas, balão, giz.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	30 Minutos.
Descrição:	Criam-se duas equipas com o mesmo número de crianças, dá-se um mata-moscas a cada elemento. Desenha-se com giz o campo e as balizas. Uma equipa tem de tentar marcar ponto na baliza adversária. Ganha quem conseguir meter mais balões com o mata-moscas na baliza adversária.
Objectivos:	Desenvolver a capacidade de coordenação, equilíbrio, cooperação, agilidade.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Soprar balões
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Balões, giz.
Elementos:	Individual/Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Encher balão de modo a que não fique pequeno. Com um giz desenha-se um círculo no chão. Atira-se o balão ao ar e sopra-se



	para que este fique a flutuar sem que toque no chão. Quem deixar cair o balão no chão ou puser o pé fora do círculo será eliminado.
Objectivos:	Desenvolver capacidade de equilíbrio, coordenação, agilidade motora.
Bibliografia:	Silva, Nelly (2009). <i>O meu livro de jogos</i> . Porto: Porto Editora

Actividade:	Dança livre
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Leitor de cds, música.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Coloca-se a música a tocar, incentivam-se as crianças a dançarem como quiserem.
Objectivos:	Desenvolver coordenação e equilíbrio, confiança, percepção auditiva.
Bibliografia:	Soler, Reinaldo (2008). <i>Brincando e aprendendo com os jogos cooperativos</i> Rio de Janeiro: Sprint

Actividade:	Trabalhos com rafia
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Rafia de cor e normal, agulhas de lã, tesoura.
Elementos:	Individual /Grupo.
Duração:	2 Dias.
Descrição:	Fazem-se várias tranças, de seguida unem-se e cosem-se com agulhas de lã. Cosem-se conforme o que quisermos fazer.
Objectivos:	Destreza manual, recordar passado.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Jogos com arcos
Espaço:	Interior/Exterior.
Material:	Arcos de vários tamanhos, barras.
Elementos:	Individual /Grupo.



Duração:	15 Minutos.
Descrição:	Fazer passar o arco por todo o corpo, entrando pelos pés, subindo pelas pernas e saindo pela cabeça. Pode-se fazer em círculo com vários participantes e vários arcos. Pode-se tentar enfiar um arco mais pequeno num pau ou atirar estes para um arco maior.
Objectivos:	Desenvolver a motricidade global e a agilidade.
Bibliografia:	Jacob, Luís (2008). Animação de idosos Porto: Âmbar

Actividade:	Transportar a colher com uma bola de pingue-pongue
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Colheres de plástico, bolas pingue-pongue.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	15 Minutos.
Descrição:	Colocar a colher na boca com a bola de pingue-pongue, andar com ela o maior tempo possível sem deixar cair a bola.
Objectivos:	Desenvolver capacidade de equilíbrio, motor.
Bibliografia:	Jacob, Luís (2008). Animação de idosos Porto: Âmbar

Actividade:	Jogos de mesa
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Tabuleiro de damas, xadrez, cartas, jogo galo.
Elementos:	Individual/ Grupo.
Duração:	Não tem.
Descrição:	Damas, xadrez, cartas, dominó, galo.
Objectivos:	Desenvolver capacidade de raciocínio, social, cognitivo.
Bibliografia:	Jacob, Luís (2008). Animação de idosos Porto: Âmbar

Actividade:	Concerto de flauta
Espaço:	Interior / Exterior.
Material:	Flauta.
Elementos:	Individual.



Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Tocar várias músicas.
Objectivos:	Recordar velhas músicas.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Visita ao museu Exposição de cenários rurais, artes e ofícios tradicionais do Concelho do Sabugal.
Espaço:	Interior.
Material:	Carrinha da instituição para quem não podia ir a pé.
Elementos:	Individual / Grupo.
Duração:	Uma manhã.
Descrição:	Passeio a pé até ao museu.
Objectivos:	Recordar e conhecer o passado cultural do povo do Concelho do Sabugal.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Derrubar garrafas
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Garrafas de plásticas, tintas, água, bola.
Elementos:	Individual/Grupo.
Duração:	20 Minutos.
Descrição:	Atirar a bola, na tentativa de derrubar o maior número possível de garrafas que estão colocadas a uma distância de cinco metros, no chão.
Objectivos:	Desenvolver a coordenação óculo-manual, desenvolver a concentração.
Bibliografia:	Jacob, Luís (2008). Animação de idosos Porto: Âmbor

Actividade:	Tarde no viveiro das trutas
Espaço:	Exterior.
Material:	Carrinha da instituição, lanche.



Elementos:	Individual/Grupo.
Duração:	Uma tarde.
Descrição:	Conversar, estar em contacto com a natureza, lanchar junto do rio.
Objectivos:	Quebra a rotina, convívio, relembrar velhos tempos.
Bibliografia:	Nenhuma.

Actividade:	Conversa com os idosos
Espaço:	Interior/ Exterior.
Material:	Nenhum.
Elementos:	Individual/Grupo.
Duração:	Indefinida.
Descrição:	Falar com idosos.
Objectivos:	Dar algum conforto, auto-estima.
Bibliografia:	Nenhuma.